

sale&pepe

SALEPEPE.IT
MAGGIO 2018



Polpettone
con zucchine
e peperoni
pag. 24

PICNIC storie e ricette di un goloso rito en plein air **ELICHE E FUSILLI** accolgono gli intingoli in morbide volute **POLLO ARROSTO** nuovo carattere per un classico della domenica **DESSERT AL LIMONE** una nota dolce e acidula che fa primavera

IN EDICOLA IL 24 APRILE 2018 - Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 31 - Mensile



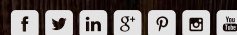
Il resto è solo condimento.



Mangiare bene non è solo un modo di vivere meglio, ma una riscoperta di sapori unici, come quelli di una volta. Le nostre Farine Macinate a Pietra Biologiche sono proprio così: una linea di prodotti buoni e genuini, provenienti da agricoltura biologica, lavorati lentamente, per conservare tutte le proprietà nutrizionali dei cereali e garantirti un gusto migliore con una maggiore digeribilità. Molino Rossetto è la parte più importante della tua ricetta.



MUGNAI SECONDO NATURA, DAL 1760



Molino Rossetto sostiene



Cerca nel tuo supermercato di fiducia o acquista direttamente su – www.molinosrossetto.com

SOMMARIO

MAGGIO 2018



DALLA NOSTRA CUCINA

La carica dei Jeunes Restaurateurs

Sono oltre 80 patron chef, tra i 23 e i 42 anni. Tutti di alto livello e spesso stellati. Noi li conosceremo..... 10

JRE

Luca Marchini

L'incontro con il presidente italiano dell'associazione JRE e la sua ricetta che vale in cucina e non solo 12

Servizi

TEMA DEL MESE

Picnic!

Un rito intramontabile che richiede modelli, stile e cibi giusti 20

PASSIONI

Eliche & Fusilli

La loro forma cattura al meglio pesto, ragù e sughi di pesce..... 34

SEMPLICI PIACERI

Pollo arrosto

Cinque nuove interpretazioni per il grande protagonista dei pranzi domenicali in famiglia..... 44

BONTÀ DI STAGIONE

Carote a colori

Vanno dall'arancio chiaro al viola purpureo e sono ottime 68

IL TOCCO IN PIÙ

Vaniglia

Un aroma che ricorda la dolcezza da provare anche in piatti salati.. 100



salepepe.it

Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito



Sale&Pepe è social!

Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.



La nuova app di Sale&Pepe

Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6

DOLCE VITA

Delizie al limone

Polpa, succo e scorza regalano ai dessert profumo e sapore 106

Bavarese alle violette con Namelaka

Una soffice spirale di colore viola su una crema dal nome esotico 116

Evasioni

LUOGHI ECCELLENTI

Amsterdam

Tra casette e street food, tante nuove architetture e locali gourmet 60

L'INVITO

A pranzo con le rose

I giardini di maggio ispirano un menu floreale e romantico 76

TAPPE DEL GUSTO

In Svizzera, per formaggi

Un tour tra malghe e borghi per gustare veri gioielli caseari..... 90

Scuola

LE TECNICHE

Pesci azzurri

Salutari ed economici, sono da riscoprire in ricette sfiziose 54

60



SCELTI DA SALE&PEPE

Indovina chi viene a cena

Con la community di Gnammo il cibo di casa diventa social 119

LA RICETTA GOURMET

Le Virtù teramane

Tra primizie e simbologie, il piatto tradizionale del 1° maggio 126

Rubriche

A PROPOSITO DI VINO

I consigli del sommelier

Picnic in allegria 30

DETTAGLI DI STILE

Decori per rendere più bella la casa Ravanelli e pratoline..... 67

MADE IN ITALY

Conoscere e gustare le eccellenze Cipollotto Nocerino 87

BUONE LETTURE

Scelte con passione per essere divorate Pane, salute e viaggi di gusto 105

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

Oggetti e attrezzi per la cucina Le carte in tavola..... 123

Hanno collaborato con noi a Maggio



BARBARA RONCHI DELLA ROCCA

È stata la consulente per le cerimonie del Quirinale, è suo il manuale di buone maniere dell'Unione Europea e ha scritto diversi libri su galateo e arte del ricevere. A pag. 20 ci consiglia a quali modelli di stile dovremmo ispirarci nel preparare e organizzare un picnic.



MARCELLO SCHILLACI

Il patron del ristorante La Cantina di Porta Romana, a Teramo, è stato membro del comitato che ha stilato il disciplinare per inserire le Virtù tra i Pat (Prodotti agroalimentari tradizionali). Ci parla di questo piatto a pag. 126

CRISTIANO RIGON

È stato fondatore del social Gnammo di cui oggi è amministratore delegato. A pag. 119 raccontiamo il funzionamento della sua "creatura" e due membri della community tra i più attivi cucinano per noi.





*Gusta il buono del **biologico!***

PIATTI PRONTI FRESCHI

- Insalate di cereali
- Burger, polpette e medaglioni
- Zuppe e vellutate



le Novità

Un restyling grafico accattivante per tutta la gamma e una nuova famiglia di prodotti: ecco le novità del comparto!

prova i **Medaglioni!**

germinalbio.it



INDICE

LE RICETTE DI MAGGIO 2018

ANTIPASTI, FOCACCE, PANINI E TORTE SALATE

Appenzeller con composta di peperoni rossi piccantina	92
Bruschette con pomodorini, prosciutto e cipollotto	79
Frittatine di fiori e foglie con crema di caprino	77
Gamberoni e crema di avocado su gelatina di pesce	84
Noci in agrodolce e gruyère	96
Pancake con tête de moine e composta di barbabietole	95
Pie di carote con feta alla menta	73
Polpettone di carote viola con mandorle e chips di carote gialle	74
Raclette al vapore di timo	93
Tempura di sarde orto mare	56
Torta di chiocciole di pane alle erbe	26

PRIMI

Caramelle al primosale e boragine in crema di malva	84
Eliche con tapenade e feta	39
Eliche grandi con asparagi, gamberi e pesto di fiori di zucca	36
Fusilli bucati corti con pesto di pomodori secchi allo zafferano ...	38
Fusilli bucati lunghi alla palinurese	37
Fusilli integrali con crema di piselli, trota salmonata e fiori di zucca ...	35
Insalata di riso nero con prosciutto e fagiolini allo zenzero	23
Maccheroni al ferretto con il ragù di coniglio e i peperoni	40
Panzanella con carote e pesto alla salvia	70
Ravioli al pesto con pomodorini confit e burrata	120
Sformato di pasta con parmigiana di melanzane	22
Tortellino bugiardo con cozze, emulsione alla bisque e panna acida	14
Trenette con salsa di pomodori alla vaniglia	102
Virtù teramane	127
Zuppa di cozze e pollo	61
Zuppetta di acciughe al pomodoro	56

SECONDI

Arrostito di maiale in salsa di limone caramellato con patate al forno ..	121
Frittata piccante di verdure	27
Pollo alla paprica affumicata e origano	51
Pollo all'aglio ed erbe, con yogurt alla menta e patate novelle	52
Pollo all'alloro e vaniglia, con zucchini arrostiti	52
Pollo con senape, miele e limoni confit	52
Pollo glassato allo zenzero	52
Polpettone con zucchine e peperoni	25
Salmone al burro di vaniglia con purea di fave	102
Sauté di pollo e peperoni alla rosa	84
Sgombri grigliati al pompelmo rosa	56

CONTORNI, VERDURE E SALSE

Carote confit con zenzero e miele	69
Chutney di carote	71
Cipollotti agrodolci alla menta ...	88
Insalata di aringhe con mela verde e barbabietola	62
Marmellata al lime	71
Verdure e fiori di zucca con salsa al rafano	84

DESSERT E BEVANDE

Bavarese alle violette con Namelaka	117
Bevanda rinfrescante	25
Biscotti morbidi al limone	113
Brittle di piastacchi	102
Cake al cioccolato, rosmarino e olio extravergine	28
Frittelle di sambuco al pepe rosa ..	82
Gelo alle rose e mandorle	84
Limburg tart	65
Pudding al limone	114
Quadrotti al cocco con salsa di lamponi	114
Tarte al limone con la panna ...	114
Torta allo yogurt farcita con limoni canditi	108
Torta di mandorle e limoni con sciroppo aromatico	110

INDIRIZZI

- **100FA**, www.100fa.it
- **Antichità San Marco**, www.antichitasanmarco.com
- **Areae**, Milano, Tel 02 72095862
- **Arte Pura by Daniela Dallavalle**, www.danieladallavalle.com
- **Bibo**, www.biboitalia.com
- **Bluebellgray**, www.bluebellgray.com
- **C&C**, www.cec-milano.com
- **Chantal Delorme**, www.chantaldelorme.it
- **Christiane Perrochon**, www.christianeperrochon.com
- **CoinCasa**, www.coincasa.it
- **Designers Guild**, www.designersguild.com
- **Essent'ial**, www.essent-ial.com
- **FR Creazioni Pavia**, francesca.r62@live.it
- **Fiskars**, www.fiskars.it
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Giovelab**, www.giovelab.it
- **Habitat**, www.habitat-italia.com
- **HKliving**, www.hkliving.nl
- **Henriette**, www.henriette.sm
- **Hue-Table Stories**, www.huetablestories.com
- **Ichendorf**, distr. da Corrado Corradi, www.ichendorfmilano.com - www.corrado-corradi.it
- **J&V Store**, www.jannellievolti.it
- **La Porcellana Bianca**, distr. da Unitable, www.unitable.it
- **laRinascnte**, www.rinascnte.it
- **Le Stanze della Memoria**, www.lestanzedellamemoria.it
- **L'Officina della Ceramica**, www.officinadellaceramica.it
- **Laboratorio Paravicini**, www.paravicini.it
- **Lisa Corti**, www.lisacorti.com
- **Mcm Embalages**, distr. da Weck, www.mcm-europe.it
- **Madame Gioia Home**, www.madamegioiahome.it
- **Made a Mano**, www.madeamano.it
- **Microplane**, www.microplane.com
- **Moscova Libri e Robe**, Milano, Tel 02 6598209
- **mugseco**, in vendita su etsy.com
- **Novacolor**, www.novacolor.it
- **Nuova Triade**, www.nuovatriade.it
- **Once Milano**, www.oncemilano.com
- **PPD**, distribuito da Merito, www.merito.it
- **Pepin**, in vendita da J&V Store, www.jv-italiandesign.com
- **Petali**, Milano, Tel 02 5464976
- **Petra Sarda PS1981**, www.petrasarda.com
- **Pierre Frey**, www.pierrefrey.com
- **Pip Studio**, distr. da Generalimport, www.generalimport.it
- **RGMania**, www.rgmania.com
- **Raw**, www.rawmilano.it
- **Rina Menardi**, www.rinamenardi.com
- **Risani Marmi**, www.risanimarmi.it
- **Rivadossi**, www.rivadossi.it
- **Romo Fabrics**, www.romo.com
- **Rose & Tulipani**, distr. da Unitable, www.unitable.it
- **Royal Doulton**, distr. da Messulam, www.messulam.net
- **Sambonet**, www.sambonet.it
- **Sebra**, da J&V Store, www.jv-italiandesign.com
- **Serax**, in vendita da laRinascnte, www.rinascnte.it - www.serax.com
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **Stamperia Bertozzi**, www.stamperiabertozzi.it
- **Stefano Toniolo Ceramiche Artistiche**, in vendita su etsy.com
- **Taitù**, www.taitu.it
- **Tassotti**, www.tassotti.it
- **Tiziana Mancini**, www.tizianamancinidesign.com
- **Toniolo Ceramiche**, vedi Stefano Toniolo Ceramiche Artistiche
- **TVS**, www.tvs-spa.it
- **Villeroy & Boch**, www.villeroy-boch.it
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com



LA GRANDE CUCINA A CASA TUA

con GrandCHEF, la nuova linea di utensili, tessili e pentolame che ti aiuterà ad attrezzare la tua cucina come quella di un ristorante stellato. Dall'accessorio più indispensabile al più sofisticato: dal colino alla frusta, dal macina spezie al grembiule, dalla padella che va anche in forno e sul piano a induzione allo spremiagrumi. Belli, solidi, affidabili, facili da usare, sempre lucenti, proprio da chef. Anzi, da

GrandChef



tescoma®



SHOP

www.tescoma.it

Numero Verde
800777546

la passione in cucina.



LINDA IMPEGNATA PER UN SISTEMA DI PRODUZIONE SOSTENIBILE

Scopri come cambiare anche tu il mondo
con le scelte di ogni giorno su alcenero.com



Agricoltori biologici
dal 1978



RICETTE DETOX

È il momento giusto per prendersi cura del proprio corpo, togliersi di dosso le tossine accumulate durante l'inverno e depurarsi, senza mai rinunciare al gusto. Per chi è attento alla buona cucina abbinata al benessere, abbiamo preparato uno speciale detox: trovate le migliori ricette con le verdure di stagione.



ASPARAGI CHE BONTÀ

Sono tra gli ortaggi più amati della primavera. Questo è il momento giusto per farne scorpacciate e prepararli in tanti modi. Non a caso sul sito dedichiamo agli asparagi ampio spazio. Sono nella sezione tecniche, con tutti i consigli per pulirli e prepararli nel modo giusto, li troviamo nel canale news tra gli approfondimenti benessere, dove vengono spiegate le loro proprietà, e poi sono in tante ricette appetitose.

Il tempo delle fragole

FRUTTA COLORATA E TANTI ORTAGGI FRESCHI POPOLANO IL NOSTRO SITO SEMPRE ATTENTO A GUSTO E BENESSERE

di Barbara Roncarolo



LA TORTA SALATA

La sfogliata di ricotta e fagiolini al basilico ha avuto un record di condivisioni. Questa ricetta è piaciuta perché è facile e veloce da cucinare e il risultato è certo: si prepara con la sfoglia pronta. E in più richiama le belle giornate: si presta bene anche ad essere trasportata, quindi è ideale per chi sta pensando di organizzare scampagnate e picnic.

IL DRINK GIUSTO

La sangria era la bevanda consumata dai contadini iberici, che l'avevano soprannominata così, per via del colore rosso come il sangue. Oggi è un drink amatissimo, servito come aperitivo appena inizia la bella stagione. Sul nostro sito spieghiamo come prepararla: ne esistono svariate versioni, fatte con il vino rosso, ma talvolta anche con il bianco o lo spumante. Immane la presenza della frutta fresca.



LA NEWS PIÙ LETTA

L'approfondimento sulle fragole è il più letto del mese. Sul nostro canale news raccontiamo da dove vengono quelle che troviamo in commercio, come scegliere le migliori e tutte le proprietà che ne fanno un toccasana per la salute.

DALLA NOSTRA CUCINA

IDEE E RICETTE RACCONTATE DAL DIRETTORE

Laura Maragliano



La carica dei JRE

ECCOLI! SONO I JEUNES RESTAURATEURS ITALIANI. LI CONOSCERETE MESE DOPO MESE SUL NOSTRO GIORNALE

Il loro motto è talento e passione. Il primo è indispensabile per fare una grande cucina, la seconda è una virtù in grado di fare la differenza. Loro, li vedete qui accanto, sono gli chef italiani che fanno parte dei Jeunes Restaurateurs (88 i ristoranti aderenti, di cui cinque appena nominati): un network europeo che riunisce molti tra i migliori e più giovani rappresentanti dell'alta gastronomia. Vi voglio raccontare la storia di questa prestigiosa associazione e della collaborazione che nasce con Sale&Pepe. Innanzitutto, perché Jeunes e non Giovani? Semplice, l'organizzazione è nata in Francia nel 1974 a Neauphle-le-Château, vicino a Parigi, nella distilleria Grand Marnier (il famoso liquore) per iniziativa di Nicole Seitz, responsabile delle relazioni esterne del brand, e del presidente Jacques Marnier-Lapostolle, con l'obiettivo di favorire la crescita dei giovani talenti e far conoscere la gastronomia europea di alto livello. In che modo? Con regole straordinarie per l'epoca e la categoria: fondamentale è promuovere solidarietà, amicizia e scambio d'idee tra gli chef, essenziale l'età (tra i 23 e i 42 anni), imprescindibile la titolarità della licenza da almeno tre anni. Caratteristica quest'ultima che fa dei JRE



non solo abili chef, ma anche ottimi imprenditori. Queste peculiarità rendono unica l'associazione, la sua fama varca i confini francesi e, a partire degli anni Novanta, diventa un vero e proprio network, oggi presente in 11 Paesi europei con oltre 350 aderenti. L'atto costitutivo della sezione italiana è siglato a Milano il 25 gennaio del 1993: tra i firmatari il pri-



- 1) Walter Bianconi con la moglie Donata Calderoni
- 2) Luca Marchini 3) Alberto Basso 4) Alberto Tonizzo con la moglie Anamaria Bianca Hatcau 5) Alberto Faccani 6) Alessandro Breda
- 7) Andrea Canton 8) Andrea Sarri 9) Alfonso Caputo
- 10) Arcangelo Tinari con il fratello Pascal, sommelier
- 11) Aurora Mazzucchelli 12) Carla Aradelli con il marito Maurizio Rossi, sommelier 13) Moreno Cedroni 14) Daniele Cera
- 15) Christian Milone 16) Stefano Di Gennaro 17) Cristian Santandrea e Maria Probst 18) Cristiano Tomei 19) Daniel Canzian
- 20) Daniele Usai 21) Danilo Bei 22) Davide Botta 23) Dario Guidi con il fratello Diego, sommelier 24) Davide del Duca 25) Deborah Corsi 26) Christian Di Bari 27) Vittorio Colleoni 28) Emanuele Scarello 29) Enrico Bartolini 30) Enrico Gerli 31) Stefano Pinciarioli con Lorenzo Caponi, maitre-sommelier 32) Fabrizio Ferrari con Anna Valsecchi, responsabile di sala 33) Emanuele Donalizio
- 34) Michelina Fischetti con Serena Falco, pasticciere
- 35) Gaetano Trovato 36) Gennaro Esposito 37) Herbert Hintner con la moglie Margot, sommelier 38) Giulio Coppola 39) Giulio Terrinoni 40) Giambattista Manzini 41) Heinrich Schneider
- 42) Iside de Cesare 43) Jörg Trafoier 44) Nicola Portinari
- 45) Pietro Leemann 46) Thomas Halselwanter 47) Marcello Trentini
- 48) Marco Parizzi con la moglie Cristina Conti, sommelier
- 49) Paolo Donei 50) Paolo Frosio 51) Renato Martino 52) Massimo Milan 53) Karl Baumgartner 54) Nicola Fossaceca 55) Martina Caruso con il fratello Luca, general manager 56) Massimiliano Mascia 57) Paolo Masieri con la moglie Barbara 58) Paolo Trippini
- 59) Francesco Sposito 60) Alessandro Dal Degan 61) Piergiorgio Siviero 62) Pietro D'Agostino 63) Renato Rizzardi 64) Riccardo Di Giacinto 65) Roberto Tonola 66) Silvio Battistoni 67) Anna Matscher con il marito Alois, sommelier 68) Pier Giuseppe Viazi
- 69) Stefano De Lorenzi 70) Luigi Pomata 71) Eros Picco e Tommaso Arrigoni 72) Mauro Uliassi 73) Wolfgang Kerschbaumer
- 74) Christian Pircher 75) Ernesto Iaccarino 76) Riccardo De Prà
- 77) Valerio Centofanti 78) Leonardo Vescera 79) Nadia Moscardi
- 80) Vinod Sookar 81) Fabrizia Meroi 82) Stefano Deidda
- 83) Ombretta Giovannini e Filippo Saporito.

Agli 83 associati si aggiungono ora, proprio mentre stiamo andando in stampa, 5 nuovi JRE Italia: Nikita Sergeev; Oliver Piras con Alessandra Del Favero; Manfred Klover; Fabiana Scarica; Davide Maci.

mo presidente Walter Bianconi, allora chef patron del Tivoli di Cortina d'Ampezzo e, tra gli altri, Igles Corelli e Claudio Sadler, al tempo rispettivamente vicepresidente e tesoriere. Oggi i JRE italiani si occupano anche di formazione e sono attivi in ambito sociale, come testimonia il recente progetto Eat Madonnina (che vedete spiegato nelle prossime pagine), nonché l'impegno con l'Associazione Salvatore Calabrese per lo studio della disfagia. Il primo chef che vi presento è l'attuale presidente Luca Marchini, poi mese per mese li conoscerete tutti sulle pagine di Sale&Pepe o come partner delle nostre iniziative. Fate caso alla loro divisa, campeggia sempre ben in vista il logo JRE. Ne vanno molto orgogliosi e hanno ragione.

Luca Marchini

L'erba del Re



PRESIDENTE DEI JRE sezione Italia dal novembre 2016, in questo breve periodo Marchini ha già avviato molti interessanti progetti. Tra questi, Eat Madonnina, che ha visto 11 chef JRE entrare nelle cucine del gruppo ospedaliero milanese San Donato e trasformarne i menu. Calcio e cibo, coesione e convivialità sono invece al centro di JRE Ospitality, progetto grazie al quale 19 chef hanno messo mani e cuore nello stadio della Fiorentina, con strabilianti menu per il dopo partita.





QUI A LATO, LE OPERE D'ARTE e lo stile contemporaneo che caratterizzano l'ambiente del ristorante stellato di Luca Marchini L'Erba del Re (via Castel Maraldo 45, Modena). Più informale, la sua Trattoria Pomposa al Re gras (sempre in via Castel Maraldo al 57) con cucina del territorio a prezzi sostenibili. Il "reame" di Marchini continua con la scuola per appassionati e amatori Amaltea.

PER IL PRIMO APPUNTAMENTO CON I JRE ITALIA, INCONTRIAMO IL PRESIDENTE. LA SUA RICETTA, FATTA DI STUDIO E PASSIONE, È VALIDA IN CUCINA E NON SOLO

di Daniela Falsitta, foto di Michele Tabozzi

Non sempre la vocazione si riconosce al primo istante, ma quando c'è trova il modo di farsi ascoltare. Quella di Luca Marchini è la storia di uno chef che, prima di indossare la toque, è passato da studi di ragioneria e persino da una laurea in economia e commercio. "Solo alla vigilia dell'ingresso in uno studio di commercialista, ho sentito di dover imboccare la strada della cucina". Conoscendolo, è evidente come entusiasmo e determinazione di quel momento siano rimasti intatti. Dopo i primi anni accanto a Massimo Bottura, Bruno Barbieri e Jean-Louis Nomicos, Luca Marchini è infatti riuscito ad aprire il suo ristorante modenese, premiato con una stella Michelin. Nel menu, ricco dei prodotti gastronomici della più prolifica provincia d'Italia, nascono incontri con tecniche e ingredienti che arrivano da lontano, ma vengono anche riproposte lavorazioni e "furbizie" del tempo antico, riscoperte con un lavoro di ricerca nei ricettari dimenticati. I tortellini bugiardi esperimentano tutto questo: da una parte l'incontro dell'Emilia con la Campania (rintracciabile nelle cozze particolarmente saporite grazie alla "spadellatura"), dall'altra una pasta "bugiarda" perché inventata dall'indigenza, quando la carne per il ripieno mancava. Non basta. Ci sono un'altra trattoria, una scuola e importanti collaborazioni con ospedali e istituti scolastici che diventeranno uno studio per un regime nutrizionale mirato. Buon ultimo, è arrivato l'incarico alla presidenza dei Jeunes Restaurateurs italiani, associazione che già negli intenti (ricerca, scambio, divulgazione) rispecchia totalmente il carattere, il lavoro, la curiosità del nostro chef.

"Tortellino bugiardo",
cozze, emulsione alla
bisque e panna acida

pag. 14



TROVATE L'INTERVISTA
E IL VIDEO DI QUESTA RICETTA
ON LINE SU SALEPEPE.IT



TORTELLINO BUGIARDO CON COZZE, EMULSIONE ALLA BISQUE E PANNA ACIDA

PER 4 PERSONE

2 uova - 200 g di farina - 1/2 kg di cozze - 50 g di panna fresca - un limone - 500 ml di bisque (vedi in basso a destra) - 300 g di olio di semi - extravergine - brodo vegetale - 1/2 cucchiaino di polvere di caffè - 1/2 cucchiaino di cacao - germogli - sale - pepe

● **Per i tortellini:** disponete 180 g di farina a fontana, sgusciatevi le uova e, sbattendole con la forchetta, cominciate a incorporare la farina, unendo i rimanenti 20 g solo alla fine, se la consistenza dell'impasto lo richiede. Formate una palla leggermente appiattita, copritela con una ciotola e fate riposare per un'ora. Tirate la pasta fino a 1 mm di spessore. Copritela con la pellicola e tagliatela un po' alla volta a quadrati di 3,5 cm di lato. Piegare ogni quadrato formando un triangolo aperto sui lati e unite i due angoli alla base cingendo il dito medio (così come mostrato nella foto dallo chef e dal nostro direttore Laura Maragliano). Lasciateli asciugare per 15 minuti e congelateli, tenendoli per circa un'ora nel freezer (in questo modo sarà più percepibile la presenza delle uova nell'impasto).

● **Per l'emulsione:** raccogliete nel bicchiere del frullatore la bisque, unite 1/4 del succo del limone, salate e iniziate a montare la salsa versando l'olio di semi a filo. Versate ancora 1/4 del succo ed emulsionate. Se occorre diluite con due cucchiaini di acqua fredda.

● **Per la panna acida:** mescolate il succo del limone rimasto con la panna molto lentamente. Quando caglia mettetela in frigo.

● **Per le cozze:** rosolatele a fuoco vivo per pochi secondi con un filo di extravergine. Abbassate la fiamma e, man mano che si aprono, toglietele dalla padella e mettetele a scolare sopra una ciotola. Sgusciatele e tenetele in caldo.

● **Per il crumble:** mescolate il caffè e il cacao con un filo di olio extravergine e salate.

● **Per completare:** lessate i tortellini per un minuto in acqua salata. Proseguite la cottura in un tegame con poco olio, il liquido delle cozze filtrato e un pizzico di pepe, unendo un mestolino di brodo per volta fino a completare la cottura (circa 4-5 minuti). Con una sac à poche distribuite 4 sbuffi di emulsione per piatto. Adagiatevi sopra i tortellini, poi le cozze, la panna, un ciuffo di germogli e, infine, il crumble.

BISQUE DI CROSTACEI

In una padella con poco olio fate rosolare i carapaci di 600 g di crostacei. Preparate un trito di porro, finocchio, cipolla, aglio e semi di finocchio e fatelo rosolare a parte con poco olio. Unite i carapaci e sfumate con un bicchierino di brandy. Aggiungete 5 pomodorini a pezzi e coprite con acqua e ghiaccio. Cuocete per 2 ore e poi passate la bisque al setaccio fine.



OLIO EXTRA VERGINE.
LA SUA RICCHEZZA,
LA NOSTRA FORTUNA.

Antonino
Cannavacciuolo
Chef



Extra vergine di oliva.
L'olio ricco di salute, tradizione e cultura.

È una ricchezza della nostra terra, autentico, sano e prezioso per la nostra salute. Le certificazioni DOP e IGP garantiscono la sua tipicità: controlla sempre sull'etichetta la zona di produzione e la provenienza.

Seguici su    
www.extraverginidoliva.it

mipaef

ministero delle
politiche agricole
alimentari e forestali

Mozzarella Brimi con Latte Fieno.
Amerai tutto ciò che l'ha creata.

milkaad.it

Novità



Da Brimi, Mozzarella Fior di Latte con Latte Fieno:
tutto il gusto dell'Alto Adige.

Le nostre mucche vengono nutrite in modo tradizionale solo con erba
fresca, fieno e cereali. Per un risultato naturalmente genuino.



brimi.it



DESSERT ALTERNATIVI

La chef Alice Balossi spiega quali farine combinare per preparare squisiti dolci gluten free e senza lattosio: biscotti con gocce di cioccolato, torta di mele, crostata ai lamponi, muffin alla carota e mandorle, budino di riso e ciambella di mais. Il 9 maggio dalle 19 alle 22.

IMPASTI PERFETTI

Rilassa la mente e tonifica le braccia: impastare è un piacere e per farlo bene i trucchi sono tanti. Capire quanto a lungo lavorare il composto, secondo la temperatura delle mani e della cucina, o quanto lasciarlo lievitare in base al mix di farine utilizzato, per esempio, fa la differenza. Perché resti morbido e ben dorato, poi, spesso bisogna "giocare" un po' con il forno: abbassare la placca o dare un ultimo colpo di grill. In questo corso ci eserciteremo con gli impasti base per farne focacce, torte salate e pane ai cereali. Il 7 maggio dalle 19 alle 22.



Lezioni per tutti

ESPERIMENTI AI FORNELLI PENSATI PER I PIÙ GIOVANI, MA ANCHE CORSI A TEMA PER MANGIARE SANO E PROPRIO BUONO



MILANO FOOD CITY

In occasione di Milano Food City la Scuola di Cucina di Sale&Pepe, insieme a Focus Junior e Focus Pico, organizza "La città del Gusto", tre giorni di attività con corsi di cucina, laboratori creativi, esperimenti scientifici, fiabe e spettacoli per bambini dai 4 ai 12 anni. Non mancheranno le attività per i genitori con talk, showcooking e gli esperti di Starbene per un week end ricco di divertimento. Evento gratuito alla Rotonda della Besana dall'11 al 13 maggio. Per info www.focusjunior.it

UN GIOCO DA RAGAZZI

I piccoli cuochi crescono e per loro abbiamo pensato a corsi in versione teenagers (12-17 anni) con la chef Eleonora De Marchi. Cominciamo con un grande classico: pizze e piadine. Dalla fontana di farina all'ideazione di farciture fantasiose, i ragazzi impareranno a far tutto da soli (anche a riordinare la cucina) per invitare a pranzo gli amici in totale autonomia. E per finire semifreddo al fior di latte. Il 27 maggio dalle 10.30 alle 13.30.



OGGI PREPARO TUTTO IO

Un corso a 4 mani per bambini accompagnati da un genitore nel quale si imbandirà la tavola con un menu semplice, ma completo. E soprattutto molto ghiottito, spiegato passo per passo dalla nostra chef Patrizia Riggi. Sformatini di pasta, involtini di carne e torta cookie, un biscottone gigante che si prepara in pochissimo tempo. Il 6 maggio dalle 10.30 alle 12.00.

SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE

Presso Ca'puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)

Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it



Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it
www.facebook.com/ScuolaCucinaSaleePepe - #TalentInCucina

FINALMENTE ANCHE GLI INTOLLERANTI
AL GLUTINE HANNO IL GUSTO DELLA SCELTA



SFOGLIA, BRISÉE E BASE PER PIZZA BUITONI: TANTO GUSTO E SENZA GLUTINE

La sfoglia, la brisée e la base per pizza rotonda, le basi fresche senza glutine diventano una famiglia.

Ideali per tante gustose ricette, aspettano solo di sposare la tua fantasia. Provale tutte!



**SENZA
GLUTINE**

Specificamente formulato
per persone intolleranti al glutine



Scopri tutte le ricette
su Buitoni.it

L'ABITUDINE DI CAMBIARE

sale&pepe presenta il corso per diventare food blogger

80 ORE DI LEZIONI
GRATUITE
PER ACQUISIRE
NUOVE COMPETENZE
E IMPARARE LE
PROFESSIONALITÀ
WEB E SOCIAL

GETTY IMAGES

Sì, avere un food blog può dare grandi soddisfazioni, essere divertente e diventare persino un lavoro. Ma non è così semplice: richiede una serie di capacità che spaziano in più settori, dalla cucina, alla fotografia, fino al videomaking e al marketing online. Il nostro corso - totalmente gratuito, e finanziato da Forma.Temp, 80 ore di lezione in 2 settimane con orario full time - si tiene in diverse città, è rivolto ai lavoratori disoccupati e inoccupati e vuole fornire tutte le competenze necessarie per svolgere l'attività di food blogger. L'approccio è concreto: le lezioni sono suddivise in moduli e coniugano nozioni teoriche con laboratori pratici e attività di orientamento. Durante il percorso ogni partecipante creerà il proprio blog di cucina e lo riempirà via via di contenuti, fino a farne la base per poi proseguire autonomamente anche dopo la formazione, anche inserendosi in diversi contesti produttivi. È previsto un numero massimo di 20 partecipanti. Info e iscrizioni: www.ikrisalide.it/iscrizioni

GLI APPUNTAMENTI

1ª tappa Milano

Dal 11 al 22 giugno, oppure dal 17 al 28 settembre

2ª tappa Bologna

Dal 1 al 12 ottobre, oppure dal 15 al 26 ottobre

3ª tappa Lecce

Dal 5 al 16 novembre, oppure dal 19 al 30 novembre

I corsi sono tenuti da formatori, professionisti, giornalisti, social media manager, blogger e specialisti di video, analytics e marketing online. Anche noi di Sale&Pepe metteremo a disposizione tutta la nostra esperienza.

In collaborazione con
istituto Krisalide,
Adecco Formazione
e Forma.Temp



picnic!

CELEBRI MODELLI PER UN
RITO INTRAMONTABILE. CHE
VUOLE STILE E CIBI GIUSTI

a cura di A. Gnocchi, testo di Barbara Ronchi della Rocca, ricette di
Alessandra Avallone, foto di Stefania Giorgi, styling Studio Salaris

Persino la Regina Elisabetta non resiste al suo fascino, e quando è in vacanza, ama organizzare picnic nel parco del Castello di Balmoral, in compagnia del Principe Filippo: di rigore piatti e bicchieri in plastica, come quelli dei comuni mortali. Quindi, di noi tutti: perché a tutti qualche volta piace tornare bambini, e mangiare scomodamente seduti sul prato, con l'immane contorno di formiche. Del resto, il picnic è una moda trasversale che risale agli antichi Romani.

> segue a pag. 22





SFORMATO DI PASTA CON PARMIGIANA DI MELANZANE

PER 6 PERSONE

300 g di maccheroni - 80 g di pangrattato - 120 g di parmigiano reggiano grattugiato - 1 mazzetto di basilico - 3 uova - 3 spicchi di aglio - 1,4 kg di passata di pomodoro - 400 di mozzarella in panetto - 4 melanzane - origano secco - olio di semi di arachide per friggere - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Mescolate il pangrattato con 40 g di parmigiano e 4-5 foglie di basilico tritate. Affettate in sbieco le melanzane, passatele nelle uova sbattute con un pizzico di sale e poi nel mix di pangrattato e formaggio. Quindi friggetele nell'olio di semi e scolatele.
- **2** In una padella, rosolate gli spicchi d'aglio con 2 cucchiaini d'olio, versate la passata di pomodoro, salate, pepate e fate restringere la salsa per circa 10 minuti a fuoco vivace, unite qualche foglia di basilico e togliete dal fuoco. Lessate i maccheroni al dente, scolateli e conditeli con la salsa preparata (tranne 2 mestoli).
- **3** Versate sul fondo di una teglia di 30x20 cm rivestita con carta da forno un mestolo di salsa, sistematevi metà delle melanzane, coprite con metà della mozzarella tritata e 40 g di parmigiano. Aggiungete la pasta e le foglie di basilico rimaste, quindi completate con le melanzane, la salsa, la mozzarella e il parmigiano rimasti, spolverizzate con l'origano e infornate a 180° per 30 minuti, quindi alzate la temperatura a 200° per altri 10 minuti.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 50 minuti ● 530 cal/porzione



> segue da pag. 20

Questione di stile

Visto che i trend setter annunciano una vera e propria picnic mania, vediamo i modelli a cui ispirarci. Il top della raffinatezza è la festa di maggio a Glyndebourne, nel Sussex; qui, prima di assistere al concerto di musica classica, uomini in smoking e signore in lungo tirano fuori dalle Rolls i cestoni di vimini con piatti di porcellana, posate d'argento e tovaglie di lino. Il menu, immutabile, prevede quiche lorraine, foie gras, prosciutto San Daniele e bottiglie di champagne.

> segue a pag. 24

INSALATA DI RISO NERO CON PROSCIUTTO E FAGIOLINI ALLO ZENZERO

PER 6 PERSONE

250 g di riso Venere - 150 g di fagiolini - 100 g di prosciutto cotto in una sola fetta - 100 g di gruyère - 1 piccolo mango maturo - 1 kiwi - 10 albicocche secche - 1 cm di zenzero fresco - 1 limone non trattato - 1 cipollotto bianco - 1 manciata di spinaci novelli - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Spuntate i fagiolini, tagliateli a pezzetti e cuoceteli per 5 minuti in acqua bollente salata. Nella stessa acqua cuocete il riso per 30 minuti, scolatelo, trasferitelo in una ciotola, aggiungete un filo d'olio e lasciatelo raffreddare. Intanto, tagliate a dadini il prosciutto cotto, il gruyère, il mango e il kiwi sbucciati e le albicocche secche; tenete da parte il mango, unite il resto al riso e mescolate delicatamente.
- **2** Mettete nel frullatore lo zenzero sbucciato e grattugiato, il succo del limone, 1/4 di buccia dell'agrume grattugiata e il bianco del cipollotto lavato. Aggiungete 2-3 cucchiaini di acqua e frullate fino a ottenere un composto cremoso; quindi continuate a frullare ad alta velocità versando a filo 0,5 dl di olio extravergine d'oliva montando la salsa come una maionese; se necessario, allungatela con poca acqua, poi regolate di sale e pepate. Lavate gli spinaci e tagliateli a striscioline.
- **3** Versate il riso in barattoli a chiusura ermetica fino a metà altezza, condite con 2 cucchiaini di salsa, aggiungete uno strato dei dadini di mango tenuti da parte, uno di spinaci e chiudete i barattoli. Prima di consumare mescolate gli ingredienti.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 35 minuti ● 360 cal/porzione



Tessuto Pierre Frey.
Nell'altra pagina;
in alto, cassetta di
legno 100FA, posata
Antichità San Marco;
in basso, taglia
Madame Gioia.
Indirizzi a pagina 6



RICCARDO DIOTALLEVI

FAVOLOSO PICNIC

Dalla check list degli utensili alle ricette per conquistare gli invitati, Antonella Guzzardi racconta tutto nel libro "Il favoloso mondo del picnic", edito da Gribaudo.

Cosa non può mancare nel menu ideale?

Ci devono essere torte salate, timballi di pasta, barattoli di vetro con insalate di cereali e verdure (a cui aggiungere pollo grigliato, salmone, tonno, feta...), polpettone, e dolci monoporzione.

Il condimento spesso crea problemi...

Certo, va preparato prima e conservato in boccette di vetro ermetiche, e poi unito alle preparazioni prima di essere servito agitando bene per mescolare i diversi liquidi. Per le insalate di cereali e pasta non è invece un passaggio necessario.

Quali errori non bisogna proprio commettere?

Non calcolare bene i tempi e non farsi aiutare è l'errore più comune: un picnic richiede molto più lavoro di una comune cena. Altro errore comune è quello di non pensare ai rifiuti.



Sgabello 100FA.
Nell'altra
pagina, cassetta
di legno 100FA.
Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 22

Niente piatti né posate, invece, nel tradizionale picnic all'americana, non i banali hamburger party del 4 luglio, ma veri, raffinati riti sociali di cui erano guru indiscussi i Kennedy e i Rockefeller: salmone con formaggio o panna acida, panini vari, bistecche e salsicce arrostiti secondo i dettami dell'indiscusso best seller di Steven Raichlen "The barbecue Bible", e tanta frutta e verdura. Da bere, solo acqua e menta e tè freddo. Purtroppo, quando parliamo di italian style nel picnic, la prima immagine che si affaccia alla nostra mente è quella di Alberto Sordi in canottiera che si abboffa di abbacchio sulla

piazzola dell'autostrada, in compagnia di voraci matrone extralarge. Invece abbiamo ben altri modelli mondani cui ispirarci: i rituali picnic cortinesi del 16 agosto, dove è di rigore il costume tipico ampezzano, quelli nel parco secolare dei castelli friulani di Strassoldo, in ottobre, quelli fiorentini dei principi Corsini (un tripudio di crostini di cacciagione), le "marende sinoire" tradizionali piemontesi, che durano dal pomeriggio a notte alta, con una infinita serie (fino a cinquanta) di leccornie fredde e calde che, erroneamente, qualcuno chiama antipasti...

> segue a pag. 27

POLPETTONE CON ZUCCHINE E PEPERONI

PER 6 PERSONE

per il polpettone: 750 g di carne di manzo macinata - 3 peperoni gialli e rossi - 3 zucchine - 1 cipolla rossa - 2 uova - 60 g di pecorino grattugiato - 1 cucchiaio di pangrattato - 1 cucchiaino di cumino in polvere - 1/2 cucchiaino di noce moscata - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero
per la salsa verde: 1 mazzetto di prezzemolo - 1 manciata di foglie di rucola - 1 spicchio d'aglio - 4 filetti di acciuga sott'olio - 1 cucchiaio di pangrattato - 1 cucchiaino di aceto - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Disponete i peperoni, leggermente unti di olio, su una placca coperta con carta da forno e infornate a 200° per 30 minuti. Quando la pelle si gonfia e diventa bruna, avvolgeteli in un foglio di alluminio, lasciateli raffreddare, pelateli ed eliminate semi e filamenti. Grattugiate la parte più esterna e soda delle zucchine, trasferitela in una ciotola e salatela in modo che emetta l'acqua di vegetazione. Sbucciate e grattugiate la cipolla.
- **2** In una ciotola, mescolate la carne con le uova sbattute, la cipolla e le zucchine ben strizzate, il pecorino, il pangrattato, il cumino, la noce moscata, una macinata di pepe e una presa di sale. Disponete le falde di peperone, leggermente sovrapposte, su un foglio di carta da forno inumidito e strizzato, in modo da formare un rettangolo 30x20 cm. Distribuite la carne condita sui peperoni, arrotolate il polpettone avvolgendolo strettamente nella carta da forno, legate le estremità e cuocete in forno a 180° per circa 45 minuti e sfornatelo.
- **3** Preparate la salsa verde. Mettete nel mixer le foglie di prezzemolo e di rucola lavate strizzate, le acciughe sgocciolate, l'aglio sbucciato, il pangrattato, l'aceto, 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale, quindi frullate fino a ottenere una salsa densa. Sevirte il polpettone freddo tagliato a fette con la salsa.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 1 ora e 15 min. ● 400 cal/porz.

BEVANDA RINFRESCANTE

In una pentola, mettete 1 l di acqua con il succo di 1 limone, 3-4 foglie di alloro e, se vi piace, un pezzetto di zenzero; fate bollire per circa 10 minuti, spegnete e lasciate raffreddare. Travasate la bevanda in una bottiglia, aggiungete 2 foglie di alloro, qualche fetta di limone non trattato e tenete in fresco fino al momento di servire.





TORTA DI CHIOCCIOLE DI PANE ALLE ERBE

Lavate e tritate 1 mazzetto di erbe aromatiche miste (erba cipollina, prezzemolo, timo e basilico).

Dividete 1 kg di pasta da pane in 12-15 porzioni.

Fate ammorbidire 80 g di burro. Prendete una porzione di impasto, stendetela e ungetela con un velo di burro ammorbidito; distribuitevi sopra 1 cucchiaino di erbe aromatiche tritate, qualche grano di fior di sale e arrotolate la pasta. Ripetete l'operazione fino a preparare tutte le chioccioline di pane e disponetele in una teglia di 24 cm di diametro ben imburata. Lasciate riposare per 20 minuti, quindi mettete in forno a 220° per 30 minuti. Sfornate e fate raffreddare.



Cestino 100FA.
Nell'altra pagina, in
basso, piatto azzurro
laRinascnte, tag di
gesso Forme di Farina,
posate Antichità
San Marco.
Indirizzi a pagina 6

FRITTATA PICCANTE DI VERDURE

PER 6 PERSONE

8 uova - 1/2 cavolfiore -
4 cipollotti - 10 pomodorini
ciliegia - 80 g di salame piccante
- olio extra vergine d'oliva -
1/2 cucchiaino di peperoncino
dolce in polvere - sale - pepe

- **1** Lavate e asciugate il cavolfiore, affettatelo finemente, conditelo con un filo d'olio, quindi distribuitelo in un solo strato sulla placca rivestita di carta forno, infornate a 200° per 5 minuti e salate a fine cottura. Affettate il bianco dei cipollotti puliti, condite con un filo di olio, trasferiteli in una teglia rivestita di carta forno e cuoceteli a 200° per 10 minuti.
- **2** Tagliate i pomodorini in 4, salateli leggermente e passateli in forno a 180° per 15 minuti. Affettate finemente il salame piccante. Sbattete le uova, salatele, pepatele e unite tutte le verdure, il salame e il peperoncino dolce.
- **3** Versate 2 cucchiaini di olio e il composto preparato in una teglia rettangolare rivestita di carta da forno. Infornate a 200° per 15-20 minuti. Sfornate, trasferite la frittata sopra un foglio di carta e fatela raffreddare; quindi tagliatela a triangoli regolari. Potete avvolgere ciascun triangolo in carta da forno.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 50 minuti ● 240 cal/porzione



> segue da pag. 24

Cosa non deve mancare

Qualunque sia la nostra versione di picnic, ce la caveremo benissimo con la classica la tovaglia-plaid a quadretti su cui disporre posate e piatti di plastica. La buona cucina italiana ci propone mille golose varianti di riso, pasta, frittate, torte salate e polpettoni. Si mangiano con le mani panini e focacce con formaggi, salumi e ripieni, purché evitiamo di far colare sughi e olio. Portiamoci, oltre all'acqua e alle bibite analcoliche, un thermos con caffè e tè caldi. Ma anche bollicine e vino rosso; in tal caso, i bicchieri di vetro sono irrinunciabili.

> segue a pag. 28

Cassetta di legno e sgabello 100FA, posate Antichità San Marco. Indirizzi a pagina 6

CAKE AL CIOCCOLATO, ROSMARINO E OLIO EXTRAVERGINE

PER 6 PERSONE

300 g di farina 00 - 115 g di zucchero semolato - 5 g di lievito per dolci in polvere - 3 uova - 1,8 dl di latte - 2,4 dl di olio extravergine d'oliva - 10 rametti di rosmarino - 150 g di cioccolato fondente - 2 cucchiaini di zucchero di canna - sale

- **1** In una ciotola, mescolate la farina, lo zucchero semolato, il lievito e 1/2 cucchiaino di sale. In un'altra ciotola, sbattete le uova, unite il latte e l'olio, emulsionate gli ingredienti e aggiungete gli aghi tritati di 1 rametto di rosmarino. Versate il composto liquido nella ciotola della farina e mescolate con una spatola, fino a ottenere un impasto fluido e omogeneo. Poi, aggiungete 100 g di cioccolato tritato grossolanamente e amalgamate bene gli ingredienti.
- **2** Trasferite l'impasto in uno stampo da plumcake di 10x24 cm, rivestito di carta da forno, distribuite sulla superficie lo zucchero di canna e il cioccolato rimasto tritato.
- **3** Infornate a 180° per circa 1 ora e 10 minuti. Per verificare la cottura inserite al centro del cake uno stuzzicadenti. Sfornate e, quando il dolce è freddo, decorate la superficie con i rametti di rosmarino rimasti e avvolgetelo nella carta da forno.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 1 ora e 10 minuti
- 610 cal/porzione

> segue da pag. 27

Vestiamoci in modo pratico, rinunciando a tutto ciò che limita i movimenti, si stropiccia, si impiglia, si macchia. Il guardaroba giusto è fatto di pantaloni corti e lunghi, così da poterci sedere senza preoccupazioni e senza dare scandalo, camicie o t-shirt, maglioncini per la sera. E solo sandali bassi ed espadrillas, o sneakers. E naturalmente, portiamoci via tutti gli avanzi, biodegradabili e non.

Possiamo cavalcare la moda del picnic anche se siamo pigri e non amiamo le gite fuori porta: come dei miei amici francesi che apparecchiavano nel giardino di casa, anche trasportandovi

qualche mobile dell'arredo del salotto. Mangiano formaggi, quiches, uova sode e crudité con una salsa aioli. E servono buon vino rosso, in cui intingere le classiche friandises (così i francesi chiamano la "pasticceria secca" delle nostre mamme) e madeleines come dei personaggi di Proust.

I raffinati da picnic, o aspiranti tali a Parigi, nell'art shop del Musée d'Orsay, possono comprare riproduzioni perfette delle trine e dei cristalli immortalati da Manet nel famoso quadro "Le déjeuner sur l'herbe": manca solo la fanciulla nuda, ma a quella bisogna provvedere da soli!



**Dove i pionieri del bio
coltivano il futuro**

**INSIEME PER
UN BIO MIGLIORE**



Il Consorzio Marche Biologiche riunisce 300 agricoltori della filiera biologica marchigiana, la regione che ha dato i natali ai pionieri del Bio. Obiettivo? Favorire i progetti di filiera e promuovere i prodotti bio delle Marche in Italia e nel mondo.



Unione Europea / Regione Marche
PROGRAMMA DI SVILUPPO RURALE 2014-2020

FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE: L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI



www.conmarchebio.it

f Con Marche Bio

A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER



PIEDIROSSO

Contrada Salandra, Pozzuoli Campi Flegrei (NA), 081 5265258, 14 € - È un vino franco e sanguigno nei profumi, dinamico e scattante nel sapore: forte della sua energia terragna è abile a comporre un avvincente accostamento sia sulla ricchezza dello sfornato sia sulla cedevolezza e aggraziata consistenza del polpettone (pag. 22 e 24).

BIANCO RIBELÀ

Cantina Ribelà, Monte Porzio Catone (RM), 349 5702588, 13 € Il vigneto si trova a Monteporzio Catone, nei pressi di Frascati, proprio sotto l'osservatorio, sul lato scosceso di un cratere chiamato in loco "pentima"; qui le uve Malvasia Puntinata e Trebbiano danno un bianco intenso e voluttuoso, da sperimentare sul pane alle erbe e sulla verace tenerezza della frittata (pag. 26 e 27).

ROSSO LEGGERO

Martin Gojer Pranzegg, Bolzano, 328 4591961, 21 € L'uvaggio alla base del Rosso Leggero, nel nome c'è la sua natura, è il compendio della consuetudine sudtirolese con l'incontro tra Schiava, Lagrein e un pizzico di Merlot: un insieme spigliato e godibile che affronta la fragranza speziata dello zenzero e la stuzzicante miscela di prosciutto, Gruyère e spinaci (pag. 23).

SPUMANTE BRACHETTO

Cascina Fonda, Neive (CN), 0173 677877, 11 € - Neive, con Mango, Santo Stefano Belbo e Castiglione Tinella, incarna la produzione del Moscato e del Brachetto di Langa; questa versione spumante del vitigno rosso non ha solo una spiccata dolcezza, ma offre anche uno spazio accogliente per l'arrendevole e spugnosa fragranza del dolce al cioccolato (pag. 28).

Picnic in allegria

FRESCHI, EFFERVESCENTI, DAL GUSTO ROTONDO COME CERTI PROSECCHI. OPPURE BIANCHI LEGGIADRI, ROSATI E ROSSI LEGGERI PER ACCOMPAGNARE VERE LECCORNIE DA SERVIRE FREDE

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto

PERFETTE LE BOLLICINE

L'introduzione dei frigo portatili ha tolto al picnic una delle sue principali caratteristiche, la possibilità di rinfrescare le bottiglie nell'acqua di un ruscello. Un aspetto è quindi evidente: i vini adatti ad accompagnare una scampagnata devono poter essere bevuti freschi, così da associarsi alle condizioni ambientali offerte da questa gioiosa occasione e al conseguente condiviso desiderio di leggerezza.

In generale i cibi di un picnic sono accomunati dalla possibilità di essere serviti freddi, hanno per natura una struttura non troppo complessa e, per quanto possano contenere grassi animali e vegetali, gli altri ingredienti hanno il potere di equilibrare il sapore. È frequente tornare a riprendere un piatto già assaggiato. Al vino dunque il compito di non abbandonare mai il suo ruolo di servitore della tavola, al bisogno anche deciso, ma sempre duttile. Nelle bevande del picnic ricorrono con frequenza le effervescenze, di ogni tipo, e il vino non fa eccezione, soprattutto quando l'intonazione gustativa è rotonda, come nel Prosecco di Valdobbiadene e di Conegliano in versione Extra Dry, nelle Malvasie emiliane e in tutti quei fermentati naturali in bottiglia ottenuti da vitigni dall'acidità moderata.

BIANCHI, ROSATI E ROSSI LEGGERI

Nel caso si preferisca evitare le bollicine, invero un po' prevedibili, ottime opportunità vengono da bianchi, rosati e rossi leggeri di cui l'Italia è autorevole rappresentante a livello mondiale. Pensiamo alle province di Bolzano e Trento, con la Schiava e il Lagrein chiaro, i monferrini Grignolino e

Brachetto, quest'ultimo nella storica versione secca, al Rossese prodotto a Dolceacqua, proprio tra il mare e la terra, ai bianchi dei Castelli Romani, dotati di quella sana rusticità che sfida le ricette vegetariane tipiche della primavera. Le numerose aree vulcaniche campane, si pensi alla differenza tra la Terra di Lavoro - da Caserta alla provincia di Latina - e il nucleo vesuviano, offrono esempi di bianchi, rosati e rossi a base di Falanghina e Piedirosso, uniti da una sapida e pungente leggiadria, compagna ideale di piatti a base di solanacee commestibili come pomodori, melanzane, patate e peperoni.





LK

GIROLOMONI®

OLTRE IL BIOLOGICO

CUSTODI DELLA TERRA
Autentica cultura biologica rurale



Continuiamo a sorprenderci del dono che la natura ci fa di sé ogni giorno, proprio come ci ha insegnato **Gino Girolomoni** quando ha fondato la nostra cooperativa. Con il suo stesso **amore per il lavoro e per la terra** ne raccogliamo i frutti per trasformarli nella **migliore pasta biologica italiana**. Per noi biologico continua a essere la cosa più logica possibile: **restituire quanto di buono abbiamo ricevuto**. E farlo altrettanto bene.

Scopri dove trovarci su:

www.girolomoni.it



girolomoni



Freschezza firmata Alto Adige

**DAL LATTE MUNTO FINO
A 2.000 METRI E LAVORATO
ENTRO 24 ORE DALLA MUNGITURA
NASCONO PRODOTTI DAL SAPORE
GENUINO, 100 % ALTO ADIGE /
SÜDTIROL. ORA ANCHE
SENZA LATTOSIO.**



Tutto ha inizio nelle circa 5000 aziende agricole a gestione familiare distribuite fra gli 800 e i 2000 metri di altitudine: qui tutti i giorni i contadini di montagna raccolgono il latte delle loro mucche.

Questo viene ritirato giornalmente in tutte le vallate, anche nelle aziende agricole situate in luoghi impervi e difficilmente raggiungibili e conferito alle latterie. Entro 24 ore dalla mungitura viene lavorato e trasformato in numerosi prodotti. La freschezza è dunque la regola dell'ampia varietà di prodotti lattiero-caseari come yogurt, mozzarella e altri tipi di

formaggi. La certificazione di qualità, apportata sui prodotti, garantisce inoltre la provenienza del latte 100% Alto Adige/Südtirol. Lo yogurt è sicuramente uno dei prodotti più amati all'interno della gamma dei "freschi" e trova svariati usi: a colazione, nei frullati, come condimento nelle insalate o come ingrediente nei dolci. E per chi ha intolleranze al lattosio? Nessun problema: l'Alto Adige offre una vasta gamma di prodotti senza lattosio come lo yogurt delattosato, ideale per chi è intollerante, ma non vuole rinunciare a uno yogurt delizioso ad alta digeribilità.

IL MARCHIO DELLA QUALITÀ GARANTITA

Il marchio Qualità Alto Adige/Südtirol è sinonimo di:

- Provenienza del latte solo da aziende agricole montane altoatesine
- Controlli di qualità dalla mungitura a tutte le fasi di lavorazione
- Alimentazione 100% naturale del bestiame, no OGM
- Benessere e salute animale



LO YOGURT DELL'ALTO ADIGE SENZA LATTOSIO

bella
vita free



Digeribile, cremoso ed **incredibilmente buono**:
Bellavita Free è lo yogurt per tutti.
Senza lattosio e senza glutine, è preparato con latte
fresco dell'Alto Adige per un piacere senza confronti.
Per questo è **il preferito dagli italiani**.*

*Dati IRI totale Italia Iper+Super+LSP (da 100 a 399 mq)
Segmento Alta Digeribilità - Febbraio 2018

ZERO GRASSI



www.bellavita-merano.it



Eliche & Fusilli

LA FORMA A SPIRALE CATTURA GLI INTINGOLI PIÙ CREMOSI.
ESALTANDO PESTI, RAGÙ E PRELIBATI SUGHI DI PESCE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Alessandra Avallone, styling di Studio Salaris, foto di Stefania Giorgi





FUSILLI INTEGRALI CON CREMA DI PISELLI, TROTA SALMONATA E FIORI DI ZUCCA

PER 4 PERSONE

350 g di fusilli integrali - 300 g di piselli freschi già sgranati
- 8 fiori di zucca puliti - 1 filetto di trota salmonata
- 1 spicchio di aglio - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Lessate i piselli in acqua bollente salata per 10 minuti. Scolateli, tenetene da parte 2 cucchiaini e frullate il resto con 2 cucchiaini d'olio fino a ottenere una crema.
- **2** Eliminate dal filetto di trota la pelle e le eventuali lisce residue. Tagliatelo a strisce larghe circa 2 cm e fatele rosolare in padella con 1 cucchiaino d'olio, lo spicchio d'aglio sbucciato, sale e una macinata di pepe. Quando saranno dorate e leggermente croccanti, toglietele dal fuoco e tenetele in caldo.
- **3** Rosolate un paio di minuti i piselli tenuti da parte con un filo d'olio e i fiori di zucca, metà dei quali tagliati a striscioline. Lessate i fusilli in abbondante acqua bollente salata, scolateli al dente e conditeli subito con la crema di piselli. Aggiungete i fiori di zucca con i piselli e le striscioline di trota. Completate, se vi piace, con germogli freschi e servite subito.

FACILE

● Preparazione 40 minuti ● Cottura 30 minuti ● 430 cal/porzione

ELICHE GRANDI CON ASPARAGI, GAMBERI E PESTO DI FIORI DI ZUCCA

PER 4 PERSONE

350 g di eliche grandi - 30 gamberi rossi piccoli - 1 mazzo di asparagi
- 15 fiori di zucca - 30 g di pinoli - 1 spicchio di aglio - 30 g di pecorino
grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Teglia Madame Gioia
Home, tessuto C&C
Milano. Nell'altra
pagina: piatto da
portata 100Fa, posate
Antichità San Marco,
tessuto C&C Milano.
Indirizzi a pagina 6

- **1** Sgusciate i gamberi (se volete, tenetene da parte qualcuno intero per il decoro), saltateli in padella con un filo d'olio e sale. Tostate i pinoli in un padellino; private i fiori di zucca dei pistilli e tagliateli a striscioline. Pulite gli asparagi separando le punte dai gambi; mondate questi ultimi eliminando la parte legnosa, lavateli, affettateli e tritateli grossolanamente nel mixer. Frullateli con 2/3 dei fiori di zucca, 2 cucchiaini d'olio, il pecorino e metà dei pinoli.
- **2** Scaldate una padella antiaderente con lo spicchio d'aglio schiacciato e non sbucciato, unite il pesto di asparagi e tenetelo sul fuoco un paio di minuti, mescolando. Spegnete e regolate di sale e pepate; eliminate l'aglio.
- **3** Tuffate le eliche in abbondante acqua bollente salata e, mentre cuoce la pasta, allungate il pesto di asparagi con un mestolino di acqua di cottura. Poco prima di scolare unite nella pentola dove cuoce la pasta le punte di asparago tagliate a metà, in senso verticale. Scolate le eliche e gli asparagi direttamente nella padella con il pesto preparato; unite i fiori di zucca e i pinoli rimasti, i gamberi, un filo d'olio e servite.

FACILE

- Preparazione 30 minuti
- Cottura 20 minuti ● 510 cal/porzione





FUSILLI BUCATI LUNGI ALLA PALINURESE

PER 4 PERSONE

350 g di fusilli bucati lunghi - 300 g
di zucchine piccole - 100 g di olive rosa
denocciolate - 50 g di pangrattato -
8/10 filetti di acciuga sott'olio - 1 spicchio di aglio
- olio extravergine d'oliva - sale

● **1** In una padella rosolate le zucchine a rondelle con 2 cucchiai d'olio e lo spicchio d'aglio sbucciato. Quando saranno ben dorate aggiungete le olive, regolate di sale e tenete in caldo.

● **2** In un'altra padella scaldate 3 cucchiai d'olio e sciogliete a fuoco basso i filetti di acciuga. Tostate il pangrattato in una padellina antiaderente senza condimento. Lessate i fusilli in acqua salata, scolateli al dente e saltateli in padella con le acciughe. Unite le zucchine rosolate, le olive e mescolate. Spolverizzate con il pangrattato tostato e servite subito.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 25 minuti ● 470 cal/porzione

FUSILLI BUCATI CORTI CON PESTO DI POMODORI SECCHI ALLO ZAFFERANO

PER 4 PERSONE

350 g di fusilli bucati corti - 200 g di pomodorini rossi e verdi - 100 g di pomodori secchi - 100 g di mandorle - 60 g di pecorino - 4 filetti di acciuga sott'olio - 3 scalogni - 1 manciata di foglie di basilico - 1 bustina di zafferano - 1 dl di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Scottate 5 minuti i pomodori secchi in abbondante acqua bollente, scolateli e fateli asciugare su carta da cucina. Sbucciate e affettate gli scalogni e fateli rosolare in una padella con 2 cucchiai d'olio e un pizzico di sale. Sfumate con il vino, unite lo zafferano, mescolate e tenete da parte.

● **2** Frullate nel mixer le mandorle, il pecorino tagliato a pezzetti, i filetti di acciuga, 2/3 degli scalogni allo zafferano e i pomodori secchi sbollentati. Lavorate a intermittenza, aggiungendo 3-4 cucchiai d'olio, fino a ottenere un pesto non troppo fine. Lavate i pomodorini, tagliateli a spicchi e conditeli con un pizzico di sale, 2 cucchiai d'olio e qualche foglia di basilico.

● **3** Lessate i fusilli in abbondante acqua bollente salata e scolateli al dente tenendo da parte un mestolo di acqua di cottura. Conditeli subito con il pesto, unendo l'acqua di cottura della pasta tenuta da parte. Completate con le fettine di scalogno allo zafferano rimaste, i pomodorini conditi e qualche foglia di basilico.

FACILE

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 20 minuti
- 630 cal/porzione





ELICHE CON TAPENADE E FETA

PER 4 PERSONE

350 g di eliche - 200 g di feta - 1 manciata di foglie di menta - 2 cucchiaini di pistacchi - 1 cucchiaio di capperi piccoli sott'aceto - olio extravergine d'oliva - sale
per la tapenade: 150 g di olive - 4 filetti di acciuga sott'olio - 1 cucchiaio di capperi sotto sale - 10 foglie di menta - olio extravergine d'oliva - pepe

- **1** Per la tapenade trasferite le olive denocciolate, i capperi dissalati, i filetti di acciuga e le foglie di menta nel bicchiere del mixer. Aggiungete 2-3 cucchiaini d'olio e una macinata di pepe e frullate fino a ottenere una crema piuttosto grossolana.
- **2** Tagliate la feta a piccoli dadi e mescolateli con 2 cucchiaini d'olio, i capperi piccoli ben strizzati e 1 cucchiaio di pistacchi tritati grossolanamente con le foglie di menta.
- **3** Cuocete le eliche in abbondante acqua moderatamente salata. Scolate la pasta al dente tenendo da parte 2 cucchiaini di acqua di cottura. Trasferite la tapenade in una ciotola grande, unite la pasta scolata al dente, un po' di acqua di cottura tenuta da parte e mescolate. Aggiungete la feta condita, i pistacchi rimasti e, se vi piace, qualche foglia di menta, e servite subito.

FACILE

- Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti ● 510 cal/porzione

Piatto Madame Gioia
Home, forchetta
Antichità San Marco,
tessuto C&C Milano.
Nell'altra pagina: piatto
100Fa, teglia Madame
Gioia Home.
Indirizzi a pagina 6

MACCHERONI AL FERRETTO CON IL RAGU' DI CONIGLIO E I PEPERONI

Piatto Zara Home,
tessuto C&C Milano.
Indirizzi a pagina 6

PER 4 PERSONE

350 g di maccheroni al ferretto - 2 cosce di coniglio - 2 peperoni (giallo e rosso) - 1 carota - 1 cipolla bianca - 1 spicchio di aglio - 2 coste di sedano - 1 dl di vino bianco secco - 2 dl di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Disossate le cosce di coniglio e tagliate la carne a piccoli dadi. Pulite e tritate la carota, la cipolla, il sedano e l'aglio e fateli rosolare in una casseruola con 4 cucchiaini d'olio e un pizzico di sale. Unite la carne, un pizzico di sale e una macinata di pepe, e fatela rosolare a fuoco vivace mescolando spesso. Sfumate con il vino, versate il brodo caldo, coprite e cuocete a fuoco basso per circa 20 minuti.
- **2** Lavate i peperoni, eliminate i semi e i filamenti, tagliateli a striscioline e rosolateli in padella con un filo d'olio per 10 minuti, fino a quando saranno morbide. Regolate di sale. Tenete metà dei peperoni da parte e frullate il resto nel mixer con 1-2 cucchiaini d'olio fino a ottenere una crema.
- **3** Cuocete i maccheroni in abbondante acqua bollente salata, scolateli al dente e uniteli nella padella con i peperoni a listarelle. Mantecate con la crema di peperoni, aggiungete il ragù di coniglio e completate, se vi piace, con ciuffetti di prezzemolo.

FACILE

- Preparazione 50 minuti
- Cottura 45 minuti
- 570 cal/porzione



Un'idea di



SENZA
LATTOSIO

SENZA
GLUTINE

**ALTA
DIGE
RIBI
LITA'**



Latte
100% Italiano

**LINEA ALTA DIGERIBILITÀ.
LEGGEREZZA E BONTÀ AL SETTIMO CIELO.**



Bruschette *con crema di panna, curcuma e formaggio*

Person
4

Preparazione
20'

Cottura
Q.B.

Ingredienti:

- 500 g di asparagi • 6 fette di pane da bruschetta tagliate a metà
- sale, pepe

Ingredienti crema di panna:

- 4 g di curcuma • 50 g di parmigiano grattugiato
- 50 g di ricotta di pecora
- 150 ml di **Panna da cucina Alta Digeribilità TreValli**
- 1 cucchiaino di amido di mais • 3 cucchiaini di latte

Preparazione:

① Tagliate la parte legnosa dei gambi degli asparagi, poi lessateli in acqua salata e scolateli.

Farcia:

② Crema: ponete su fiamma bassa la **Panna da cucina Alta Digeribilità TreValli** con il parmigiano grattugiato, unite l'amido di mais e, quando il formaggio sarà sciolto, aggiungete la ricotta e la curcuma stemperata nel latte e mescolate scaldando di nuovo la crema. Salate e pepate.

③ Tostate le fette di pane in forno, poi spalmatele con la crema di panna e guarnite con gli asparagi.





La primavera è il periodo migliore per rigenerarsi e c'è un luogo ideale per farlo, grazie all'offerta Alto Adige Balance.

Rinascere in Alto Adige

Non c'è modo migliore per eliminare lo stress e ricaricarsi che prendersi una pausa e lasciare andare tutto ciò che ci tiene attaccati agli impegni quotidiani. Non è facile imparare a "lasciare andare" ma c'è un luogo dove questa tecnica si può apprendere e poi impiegare in modo intelligente una volta tornati a casa. Questo luogo è l'Alto Adige/Südtirol e questa filosofia si chiama Alto Adige Balance: centinaia di attività condotte da esperti e guide specializzate, che accompagnano gli ospiti alla riscoperta di sé, al fine di liberare la mente, rigenerare corpo e spirito e raggiungere un benessere che continui oltre la vacanza. Il tutto, in un contesto naturale unico, tra abetaie e ruscelli gorgoglianti, tra prati assolati e lo spettacolo delle Dolomiti. La primavera è la stagione migliore per un percorso di rigenerazione in sintonia con il potente rinnovamento energetico della natura che qui si assorbe con tutti i sensi. Anche quest'anno, da aprile a giugno, oltre quattrocento strutture alberghiere, in più di quaranta località del territorio, offrono pacchetti vacanza personalizzati, allo scopo di ritrovare la profonda essenza dello star bene. Niente device tecnologici e agenda di lavoro: sarete collegati solo con la natura e i suoi ritmi, e gli appuntamenti saranno con guide specializzate per andare a vedere l'alba, o con esperti in esercizi di respirazione. Le tematiche e i percorsi di benessere sono tanti, ecco qui una piccola guida per orientarsi secondo le proprie necessità o preferenze.

IN ARMONIA CON GLI ELEMENTI: LA RESPIRAZIONE CONSAPEVOLE

Passeggiata a Funes con lo scrittore e docente naturalistico Stefan Braito per accogliere in sé la primavera dolomitica. Si cammina nella natura con vista sul gruppo delle Odle nelle Dolomiti, respirando l'aria di montagna. Si raggiunge la Chiesetta di Santa Maddalena, un luogo che emana pace e tranquillità. Qui si impara a conoscere gli effetti energetici della respirazione consapevole, in modo da renderla parte integrante della quotidianità.



*Il metodo Kneipp
rafforza l'organismo
attivando le energie di
autoguarigione, al fine di
placare eventuali disturbi
e prevenire malattie.*



MOVIMENTO: IL RISVEGLIO DELL'ENERGIA

Camminata e corsa alle prime luci del mattino da Siusi a Telfen nel bosco di Laranza. Dopo un drink rinfrescante e riequilibrante e gli esercizi di stretching, si riparte alla volta di una sana colazione nel fantastico punto panoramico sulla Königswarte, dove i due grandi esperti di sport e attività all'aperto Rudi Brunner ed Egon Zuggal forniranno utili informazioni sulla corretta alimentazione di escursionisti e podisti.

ACQUA E BENESSERE: LA SCOPERTA DEL METODO KNEIPP

La terapia dell'acqua secondo il metodo Kneipp stimola il metabolismo

e la circolazione, rafforza il sistema immunitario e offre sollievo a emicranie, disturbi del sonno, allergie, disturbi gastrointestinali e nervosi. Si andrà alla scoperta dei sentieri d'acqua tra Rablà e Parcines, del biotopo di Rablà con l'esperta Elisabeth Angler, nota esperta in riflessologia plantare e terapeuta Kneipp.

DELIZIE SALUTARI: IL GUSTO DI MANGIARE SANO

Escursione gastronomica con lo chef stellato Herbert Hintnere con la guida alpina Andreas Reier alla malga Kradorfer, al termine della Val Casies, valle nota per la particolare qualità delle carni bovine. Nella malga sarà spiegato come le erbe e i fiori primaverili influiscano sulla qualità

delle carni, che si assaggeranno nelle preparazioni del noto chef insieme ad altri prodotti tipici della valle.

RIGENERARSI: L'ALBA DEL BENESSERE

Evi Amhof, esperta di escursioni, illustra un'emozionante percorso che parte dalla malga Möltner Kaser fino a raggiungere gli "omini di pietra", un punto panoramico a 2.000 metri di altezza, per assistere allo spettacolo dell'alba e ammirare il grandioso paesaggio circostante, immersi nella quiete più totale. A coronare l'esperienza sensoriale, una profumata colazione a base di prodotti locali naturali, con miele, mele ed erbe aromatiche.



ERBE OFFICINALI: CURARSI IN MODO NATURALE

Escursione per corpo e mente alla scoperta delle erbe selvatiche sul Monte Sole a Castelbello. Franz Tapfer, esperto raccoglitore di erbe selvatiche, fornirà interessanti informazioni sulle piante e le rispettive possibilità di utilizzo, sia in cucina sia per il benessere generale. Sarà l'occasione, inoltre, per scoprire la storia naturale e culturale della Val Venosta.

SEMPLICI PIACERI

Pollo arrosto

CINQUE NUOVE
INTERPRETAZIONI
DI GUSTO PER IL GRANDE
PROTAGONISTA DEI
PRANZI DELLA DOMENICA

a cura di Paola Mancuso, ricette di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, styling Studio Salaris

A high-angle photograph of a roasted chicken, split down the middle, resting on a white ceramic plate. The chicken has a golden-brown, slightly charred skin. It is garnished with several green bay leaves, a single long, dark vanilla bean, and several halved cherry tomatoes. To the right of the chicken are several whole green zucchini and some sliced zucchini. The plate is set on a light blue and white striped cloth. In the background, a silver carving knife and a silver carving fork are visible, along with a portion of a silver serving dish.

All'alloro e vaniglia,
con zucchinette arrostate

pag. 52

Tagliere 100fa,
tessileDesigners Guild,
piatto e oliera in
vendita da Madame
Gioia, fondo Novacolor.
Indirizzi a pagina 6.

Glassato
allo zenzero

pag. 52

Piatto fondo Serax
presso La Rinascente,
posate e piatto ovale
100fa, tovaglietta
Society, tovagliolo e
piatto bianco in vendita
da Madame Gioia,
fondo Novacolor.
Indirizzi a pagina 6.

All'aglio ed erbe, con yogurt
alla menta e patate novelle
pag. 52



A rustic still life composition. A piece of crumpled parchment paper with handwritten text is placed on a dark, textured wooden cutting board. To the right of the paper, a long, simple metal fork stands vertically. In the lower foreground, a small, shallow metal dish contains a pile of white salt and a few whole black peppercorns. Several more peppercorns are scattered on the parchment paper around the dish. The background is a light-colored, textured surface, possibly a wall or a table.

Nei ricordi d'infanzia di intere generazioni è indelebile il profumo stuzzicante che di domenica aleggiava per casa già di mattina, annunciando che nel forno sonnecchiava il più classico degli arrostiti: il pollo. Dorato e succoso, da sempre è il piatto per eccellenza dei giorni di festa, tanto semplice quanto eclettico, capace di rinnovarsi con le spezie e gli aromi più diversi. Il primo segreto per la riuscita di questo evergreen è la scelta del pollo: non quello da allevamento intensivo, pallido e poco saporito, ma quello ruspante, magari bio, con carni più sode, di gusto intenso, con il grasso sotto la pelle e non nelle fibre, caratteristica che le aiuterà a mantenersi morbide. Una volta eviscerato, il suo peso è di circa 1,7 chili, il giusto per 4 persone. Dopo la necessaria passata sulla fiamma, la preparazione di rito prosegue con un accurato massaggio: burro morbido od olio, da soli o mixati ad aromi, che lo renderanno di un attraente colore dorato e croccante in superficie. La cavità interna, invece, accoglie di volta in volta alloro, aglio, zenzero o erbe che sprigioneranno i loro profumi durante la cottura, la fase clou: l'umile volatile viene accolto dal calore del forno (200°), adagiato su una griglia all'interno di una teglia. Questo per non lasciarlo a contatto con i propri succhi, che gli farebbero perdere la consistenza tipica dell'arrosto, ma invece da raccogliere per bagnarlo di tanto in tanto - per evitare che si asciughi troppo - oppure preparare una glassa di finitura o, ancora, insaporire le classiche patate novelle di accompagnamento. *P. M.*

Con senape, miele
e limoni confit ai peperoni

pag. 52



Tessile Designers
Guild, teglia in vendita
da Madame Gioia,
fondo Novacolor.
Nella pagina seguente:
tovagliolo Society,
piatto 100fa, tagliere
Coin Casa, fondo
Novacolor.
Indirizzi a pagina 6.



Le novità a base di legumi che ti faranno innamorare!

Scopri un modo nuovo, veloce e versatile di gustare i legumi. Con Fior di Loto questi piccoli ricchi alimenti diventano protagonisti della tua tavola. Una dose di proteine e fibre da integrare in maniera semplice e originale in una dieta completa ed equilibrata.

www.fiordiloto.it

Dal 1972

fior di loto

Sempre con te

Seguici su



Tessile Designers
Guild, teglia in vendita
da Madame Gioia,
fondo Novacolor.
Nella pagina seguente:
tovagliolo Society,
piatto 100fa, tagliere
Coin Casa, fondo
Novacolor.
Indirizzi a pagina 6.

ALLA PAPRICA AFFUMICATA E ORIGANO

PER 4 PERSONE

2 polletti (800 g ciascuno)

- 2 scalogni - 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaino raso di paprica affumicata - 250 ml di birra
- 1 mazzetto di origano fresco
- 400 g di fagiolini - 100 g di feta
- olio extravergine d'oliva - sale
- pepe in grani

● **1** Tagliate i 2 polletti a metà lungo il dorso, usando una forbice robusta o un trinciapollo; puliteli, poi schiacciateli in modo da appiattirli bene e fissateli in posizione con degli stecchini di legno (lasciateli prima a bagno per mezz'ora perché non brucino in cottura).

● **2** Preparate una marinata con la birra, 4 cucchiaini d'olio, 1 scalogno tritato, lo spicchio di aglio schiacciato, la paprica e qualche grano di pepe pestato: versatela sui polletti e lasciateli insaporire per 1 ora al fresco.

● **3** Sgocciolateli dalla marinata e sistemateli su una gratella in una teglia, disponendo, sotto di essi, qualche rametto di origano; salate e cuocete nel forno già caldo a 200° per 40 minuti circa, bagnando di tanto in tanto con un po' di marinata.

● **4** Nel frattempo, lessate al dente i fagiolini in acqua salata e raffreddateli in acqua e ghiaccio. Affettate lo scalogno rimasto e immergetelo in acqua fredda. Sbriciolate la feta nel frullatore, unite 2 cucchiaini d'olio, 100 ml di acqua e frullate. Servite i polletti cospargendoli con qualche fogliolina di origano e accompagnandoli con i fagiolini conditi con la salsa di feta e lo scalogno affettato sgocciolato.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 45 minuti ● 640 cal/porzione

ALL'ALLORO E VANIGLIA, CON ZUCCHINETTE ARROSTITE

PER 4 PERSONE

1 pollo già eviscerato (1,6 kg circa)
- 1 stecca di vaniglia - 1 spicchio
d'aglio - 1 rametto di alloro - 400 g
di pomodori Merinda - 400 g di
zucchinette - 1 bicchiere di vino
bianco secco - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe

● **1** Scaldate il forno a 200°. Passate il pollo sulla fiamma, poi sciacquatelo e asciugatelo. Salate e pepate la cavità interna e mettetevi un paio di foglie d'alloro e mezzo spicchio d'aglio. Praticate sul petto tanti tagli di 1 cm circa di profondità.

● **2** Tagliate per il lungo il baccello di vaniglia e raschiate i semi: mescolateli al burro morbido insieme a un pizzico di sale, pepe e il restante aglio spremuto. Spalmate la superficie del pollo con questo composto, facendolo penetrare anche nei tagli. Sistemate il pollo su una gratella in una teglia e versate sul fondo il vino; unite l'alloro rimasto e infornate per 35 minuti, bagnando di tanto in tanto con un po' di liquido prelevato dal fondo della teglia.

● **3** Sciacquate pomodori e zucchinette e tagliate i primi a spicchi e le seconde a metà per il lungo; salateli, pepateli e uniteli al pollo. Proseguite la cottura per altri 25 minuti, rigirando delicatamente le verdure un paio di volte e bagnando ancora il pollo.

FACILE

● Preparazione 30 minuti
● Cottura 1 ora ● 590 cal/porzione

GLASSATO ALLO ZENZERO

PER 4 PERSONE

1 pollo già eviscerato (1,6 kg circa)
- 1 cm di zenzero fresco - 1
peperoncino fresco - 2 scalogni
- 2 cipollotti - cicorino di campo -
1 anice stellato - 1 cucchiaio
di zucchero di canna grezzo
- 2 cucchiaini di salsa di soia
- 1/2 cucchiaio di amido di mais
- 1 bicchiere di vino bianco - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Scaldate il forno a 200°. Passate il pollo sulla fiamma per eliminare eventuale peluria rimasta, poi sciacquatelo e asciugatelo con carta da cucina. Mettete l'anice stellato all'interno della cavità, insieme

a un paio di fettine di zenzero, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Salate e pepate anche la superficie del pollo e irroratelo con un filo d'olio. Sistematelo su una gratella all'interno di una teglia e infornatelo per 35 minuti, unendo anche il vino e gli scalogni tritati e bagnando di tanto in tanto con un po' del liquido.

● **2** Raccogliete il fondo di cottura del pollo e trasferitelo in un pentolino: unite qualche fettina di zenzero e rondelline di peperoncino, lo zucchero, la salsa di soia e l'amido di mais stemperato in 1 mestolino d'acqua tiepida; mettetelo sul fuoco a fiamma dolce fino a ottenere una salsa densa.

● **3** Nel frattempo, proseguite la cottura del pollo nel forno per altri 25 minuti, cospargendolo in modo uniforme con la salsa quando sarà pronta. Pulite i cipollotti, tagliateli a strisciole per il lungo e immergeteli per qualche minuto in una ciotola con acqua e ghiaccio; quindi scolateli e uniteli al cicorino pulito; condite con sale, pepe, un filo d'olio e servite con il pollo tagliato a pezzi.

FACILE

● Preparazione 30 minuti ● Cottura
1 ora ● 600 cal/porzione

ALL'AGLIO ED ERBE, CON YOGURT ALLA MENTA E PATATE NOVELLE

PER 4 PERSONE

1 pollo già eviscerato (1,6 kg circa)
- 1 testa di aglio - 1 kg di patate
novelle a buccia rossa - 1 limone
non trattato - 1 mazzetto
di timo - 1 rametto di rosmarino
- 1 mazzetto di erba limoncina
- 2 ciuffi di menta - 2 rametti di
prezzemolo - 80 g di yogurt greco
- 20 g di burro - olio extravergine
d'oliva - peperoncino - sale - pepe

● **1** Scaldate il forno a 200°. Passate il pollo sulla fiamma per eliminare eventuale peluria, poi sciacquatelo e asciugatelo. Salate e pepate la cavità interna e mettetevi qualche rametto di timo, qualche ciuffo di rosmarino e 2-3 spicchietti di limone. Strofinare accuratamente la pelle del pollo con mezza testa di aglio, quindi spalmatelo con il burro morbido; salatelo, pepatelo e cospargetelo con un po' di scorza di limone grattugiata. Sistematelo su una gratella in una teglia e infornate per 35 minuti, irrorandolo con i succhi che si saranno raccolti sul fondo della teglia.

● **2** Nel frattempo, lavate le patate e lessatele per 20 minuti circa, quindi schiacciatele un po' con una paletta, in modo che si spacchino, rimanendo intere. Togliete la gratella da sotto al pollo e unite anche le patate e le 2 mezze teste d'aglio, condendole con lo stesso fondo del pollo e aggiungendo, eventualmente, poco olio. Proseguite la cottura per altri 25 minuti.

● **3** Diluite lo yogurt con 50 ml d'acqua e 2 cucchiaini di olio; insaporite con sale e peperoncino e 1 cucchiaino di menta e prezzemolo tritati fini. Tritate qualche ciuffo di rosmarino, di erba limoncina e qualche rametto di timo e cospargete il pollo con il trito negli ultimi minuti di cottura, bagnandolo ancora un po'. Servite con la salsina di yogurt alla menta.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura
1 ora ● 800 cal/porzione

CON SENAPE, MIELE E LIMONI CONFIT AI PEPERONI

PER 4 PERSONE

1 pollo già eviscerato (1,6 kg circa)
- 2 peperoni - 4 rametti di
rosmarino - 1/2 limone confit
(nei negozi di gastronomia)
- 1 cucchiaio di senape media
- 1 cucchiaio di miele - 20 g di
burro - olio extravergine d'oliva
- sale - pepe

● **1** Scaldate il forno a 200°. Eliminate eventuale peluria dal pollo passandolo sulla fiamma, poi sciacquatelo e asciugatelo. Salate e pepate la cavità interna e mettetevi 1 rametto di rosmarino e 2-3 fettine di limone confit. Sistemate il pollo in una teglia, spalmatelo con il burro, quindi salatelo e pepatelo anche esternamente.

● **2** Infornate per 30 minuti, unite i peperoni puliti e tagliati a falde, i rametti di rosmarino rimasti e qualche fettina di limone confit. Cuocete ancora 20 minuti, rigirando 2 volte i peperoni e bagnando il pollo con il fondo.

● **3** Miscelate la senape e il miele con un pizzico di sale e una macinata di pepe e con questo mix spennellate la superficie del pollo; lasciatelo nel forno ancora per 10 minuti circa, abbassando la temperatura a 170°.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura
1 ora ● 610 cal/porzione

UNA STORIA ANTICA, UN SAPORE RICONOSCIUTO IN TUTTO IL MONDO

I Salamini Italiani alla Cacciatora **hanno un'origine antica**.

Un tempo erano un pratico, saporito e nutriente **spuntino dei cacciatori** del centro-nord Italia. Custoditi nelle loro bisacce, erano sempre pronti da gustare durante le pause delle battute di caccia.

Comunemente **conosciuti come "Cacciatori"** proprio per le loro origini, si sono rapidamente diffusi oltre i nostri confini promuovendo la gastronomia italiana nel mondo.

Solo con la presenza del marchio DOP si può avere la certezza di gustare i veri Salamini Italiani alla Cacciatora come da tradizione.



mipaaf

Ministero delle
politiche agricole
alimentari e forestali

Campagna finanziata
con contributo
del DM 69164 del 25.09.2017

Pesci azzurri

GUSTOSI E SALUTARI,
ACCIUGHE, SARDINE E
SGOMBRI SONO I “PARENTI
POVERI” DEI NOSTRI MARI.
DA RISCOPRIRE IN TANTE
RICETTE SFIZIOSE

a cura di Miriam Ferrari e Marina Cella, in cucina Livia
Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda





ACCIUGHE O ALICI

- **1** Sono tra i pesci azzurri più comuni nei nostri mari. Piccole (in media 8-12 cm), differiscono dalle sardine perché la mascella inferiore è più corta della superiore. Le carni sono molto gustose sia al naturale sia conservate.
- **2** Per pulirle, sciacquatele sotto l'acqua corrente per eliminare le poche squame poi tirate la testa con le dita e staccatela.
- **3** Tiratela in avanti in modo da estrarre anche le interiora.

SGOMBRO

- **1** Di taglia media, vive sia nel Mediterraneo sia nell'Atlantico. Ha il dorso bluastro e il ventre bianco; le carni chiare hanno odore marcato e gusto forte e sapido. È tra i pesci più ricchi di Omega 3.
- **2** Prima di cucinarlo, con le forbici praticate un taglio sulla pancia ed estraete i visceri. È privo di squame.
- **3** Tagliate via le pinne. Se lo grigliate, incidetelo con taglietti trasversali e farcitelo a piacere con aromi.



SARDE O SARDINE

- **1** Simili alle accughe ma più grosse (12-16 cm) e panciute, sono ricoperte di squame sottili. Le sarde dell'Adriatico hanno carni più grasse di quelle del Tirreno.
- **2** Per pulirle, tagliate la testa con le forbici.
- **3** Poi aprite il pesce a libro, privatelo delle interiora e staccate delicatamente la lisca centrale. Giratelo, togliete anche la pinna dorsale e sciacquatelo per eliminare residui e squame.



ZUPPETTA DI ACCIUGHE AL POMODORO

- **1** Pulite e diliscate 600 g di acciughe fresche. Lessate 1 carota, 1 zucchina e 1 porro a pezzetti. Fate dorare in un tegame con poco olio 2 spicchi d'aglio, aggiungete 500 g di polpa di pomodoro e un mazzetto di finocchietto e dopo qualche minuto 50 g di olive, 20 g di capperi dissalati e 20 g di pinoli; unite le verdure lessate e un mestolino del loro brodo di cottura.
- **2** Completate con 500 g di acciughe, mescolate e cuocete per 2 minuti circa. Sistemate in 4 ciotole individuali 4 gallette spezzettate, versatevi sopra la zuppetta e guarnite con le restanti acciughe arrostiti.

TEMPURA DI SARDE ORTO MARE

- **1** Mescolate 200 g di farina con 2 tuorli e 4 dl circa di acqua ghiacciata; fate riposare la pastella immersa in una ciotola con acqua e ghiaccio. Intanto pulite, aprite a libro e diliscate 12 piccole sarde; lavate e asciugate 12 punte di asparagi; eliminate il pistillo a 8 fiori di zucca.
- **2** Scaldate in 2 padelle abbondante olio per friggere, controllate la temperatura con un goccio di pastella che dovrà subito dorare. Passate nella pastella le sarde, friggetele in una padella e contemporaneamente friggete le verdure nell'altra. Scolate pesce e verdure ben dorati, salate e servite con spicchi di limone.



SGOMBRI GRIGLIATI AL POMPELMO ROSA

- **1** Spremete 1/2 pompelmo rosa ed emulsionate il succo con 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, rosmarino, sale e pepe rosa. Pulite 4 sgombri di 150-200 g l'uno, praticatevi 2-3 incisioni trasversali e introducete in ciascuna un ciuffetto di rosmarino; metteteli in una terrina, versatevi sopra la marinata al pompelmo e lasciateli insaporire per un'ora.
- **2** Scaldate bene una griglia; sgocciolate gli sgombri dalla marinata, asciugateli con carta da cucina e cuoceteli 2-3 minuti per parte, a seconda del peso. Sistemati su un piatto da portata, salateli e serviteli con un'insalata di indivia belga rosa e pompelmo.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

COLATURA DI ALICI

LIQUIDO PREZIOSO. Prodotta a Cetara, un borgo della Costiera Amalfitana, la colatura è una prelibatezza rara. Il liquido ambrato si ricava dalle alici, solo quelle pescate nel Golfo di Salerno in primavera, attraverso una lunga lavorazione. I pesci appena puliti vengono messi sotto sale per 24 ore, poi trasferiti

in piccole botti di legno alternati a strati di sale, dove riposano pressati da pesi. Il liquido che affiora viene esposto per qualche mese alla luce del sole per aumentarne la concentrazione; infine riversato nelle botti con le alici e fatto colare da un foro. Filtrato attraverso teli, arriva sugli scaffali a dicembre (si compra on line o nelle gastronomie).

SAPORE INTENSO. La colatura ha infatti un gusto molto forte e sapido, con note lievemente affumicate, perfetto per insaporire la pasta, le verdure e il pesce. Il piatto tradizionale di Cetara sono gli spaghetti alla colatura di alici, serviti la sera della vigilia di Natale, ma anche i broccoli e le bruschette. Oggi gli chef la propongono in raffinate preparazioni.

NEL PROSSIMO NUMERO: PESCI PIATTI



In tutto il servizio: piatti decorati
Virginia Casa; forbici da cucina Fiskars.
Nella pagina accanto: padella TVS.
Indirizzi a pagina 6

*la Scuola
di Cucina*
sale&pepe

**APRI LA TUA SCUOLA DI
E REALIZZA UN SOGNO.**



CUCINA



SCEGLI DI APRIRE UNA SCUOLA DI CUCINA CON SALE&PEPE E SCOPRI TUTTI I VANTAGGI DI LAVORARE CON NOI.

Sale&Pepe è alla ricerca di persone che desiderano trasformare la propria passione in un mestiere. Scopri com'è facile aprire una **scuola di cucina** nella tua città. Con il nostro supporto, potrai avvalerti di tanti benefici e agevolazioni oltre alla garanzia di utilizzare un brand leader di settore come **Sale&Pepe**. Ci occuperemo di tutto: dall'allestimento degli spazi, alla formazione degli operatori, oltre a un piano didattico realizzato ad hoc dai nostri chef. Scegli il partner giusto per creare la professione che hai sempre desiderato.

PER TUTTE LE INFO VAI SU **SALEPEPE.IT**

O SCRIVI A **SCUOLADICUCINAFRANCHISING@MONDADORI.IT**

LUOGHI ECCELLENTI

Amsterdam

**TRA LE CASETTE APPUNTITE
E I VENDITORI DI STREET FOOD,
RISPLENDE DI NUOVI EDIFICI
E INDIRIZZI BIO GOURMET**

**a cura di Daniela Falsitta, testo di Ernesto Fagiani,
foto di Francesca Moscheni**

Tra scuole in disuso che diventano centri culturali (come il De Appel) e strutture d'epoca convertite in raffinati ristoranti bio (come il De Kas), Amsterdam ribolle di novità in ogni campo: dall'architettura al design, delle arti al food. Insieme al quartiere verde di Museumplein, dove si fronteggiano il Van Gogh, il Rijksmuseum (con i capolavori di Rembrandt) e lo Stedelijk Museum, è da vedere oggi la spettacolare biblioteca pubblica OBA, nata negli ex magazzini portuali.

> segue a pag. 63



Sopra e a sinistra,
il nuovo atrio e una sala
del Rijksmuseum,
dedicato alla grande
pittura fiamminga.
A sinistra, il corso del
fiume Amstel e, nella
pagina accanto, tulipani
in vendita al
Noordermarkt.



ZUPPA DI COZZE E POLLO

PER 4 PERSONE

3 kg di cozze - 1 coscia e
sovracoscia di pollo - 1 carota -
1 bustina di zafferano - 1 bottiglia
di vino bianco secco - 2 cipolle - 2
foglie di alloro - 1 costa di sedano
- 2 porri piccoli - 2 cucchiaini
di amido di mais - 200 ml panna
fresca - sale - pepe in grani

● **1** Versate in un tegame il vino e un litro d'acqua, unite il pollo, la carota raschiata, un cucchiaino di sale e fate sobbollire per un'ora.

● **2** Intanto sbucciate e tagliate ad anelli le cipolle; pulite le cozze sotto l'acqua fredda, privandole delle barbe e scartate quelle rotte; mondate il sedano e tenete le foglie da parte. Riunite tutto in una padella capiente con un bicchiere d'acqua, l'alloro e grani di pepe. Coprite e cuocete a fuoco vivo 5 minuti o fino a quando le cozze si saranno aperte.

● **3** Prelevate i molluschi, filtrate il liquido con il colino fine e aggiungetene due tazze alla zuppa di pollo. Prelevate il pollo dal tegame, disossatelo e tagliatelo a tocchetti. Mondate e affettate i porri e uniteli alla zuppa. Cuocete 2 minuti, quindi aggiungete l'amido di mais stemperato in poca acqua, e cuocete finché si addensa.

● **4** Unite la panna, il pollo, le cozze, in gran parte private delle valve, e lo zafferano, e mescolate. Guarnite con le foglie di sedano.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 75 minuti ● 530 cal/porzione

Nelle due foto a sinistra, esterno e interni della OBA, la Biblioteca Pubblica di Amsterdam, importante esempio di architettura ecologica. Vi si possono effettuare visite guidate.



INSALATA DI ARINGHE CON MELA VERDE E BARBABIETOLA

PER 4 PERSONE

4 aringhe sotto sale dissalate (o affumicate e ammorbidite nel latte per qualche ora) - 2 mele verdi - 2 barbabietole già cotte - 2 patate novelle lessate - 1 cucchiaino di cipolline e 4 cetriolini sott'aceto - 2 uova sode - 1 lattuga piccola - 1 scalogno - qualche rametto di aneto - olio di semi - aceto bianco - erba cipollina - 1 limone - sale - pepe

- 1 In un'ampia ciotola riunite la lattuga sminuzzata, lo scalogno finemente affettato e l'aneto. Condite con olio, aceto e sale.
- 2 Sistemate l'insalata su un piatto ovale da portata. Affettate le mele e bagnatele con il succo del limone affinché non anneriscano, pelate e tagliate a pezzetti le barbabietole, a cubetti le patate e disponetele nel piatto. Sbriciolate le uova e distribuite con i sottaceti a pezzetti.
- 3 Private le aringhe di pelle e lisca e unitele all'insalata. Completate con erba cipollina tagliuzzata, olio e pepe.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura nessuna ● 290 cal/porzione



di L'Ottocentesca chiesa di San Nicola, principale luogo di culto cattolico cittadino. Con la sua cupola ottagonale inquadrata da torri gemelle, svetta davanti alla stazione centrale.

> segue da pag. 60

Dalla sua terrazza si domina il panorama della città moderna che si allarga oltre le avveniristiche forme del NEMO, il Museo della Scienza e della Tecnica progettato da Renzo Piano. L'Oostelijk Havengebied, il porto ottocentesco, è un altro fiore all'occhiello della nuova Amsterdam. Ai vecchi magazzini, riconvertiti in negozi e ristoranti, fanno corona nuovi edifici come la Muziekgebouw aan 't IJ, sala concerti e ristorante sul fiume. Ecco le due facce di Amsterdam: quella del passato, con le case strette, i canali concentrici, le piazze piene di gente, e l'altra, moderna e avveniristica, dietro la sagoma sospesa sull'acqua del Kraanspoor, il palazzo d'uffici, tutto vetro e cemento, e l'aerodinamica struttura a linee sghembe di The Eye, polo dedicato alla cultura cinematografica con un caffè ristorante squadernato sul fiume. Il fascino di questa nuova Amsterdam è tutto slow: la città va visitata a piedi, meglio ancora su due ruote. Tra i canali e i ponti ornati di fiori come ballatoi sull'acqua, il flusso di biciclette e pedoni spinge verso Jordaan, un tempo sobborgo operaio, ora quadrilatero gremito

da negozi di moda e design. Dalla secentesca torre campanaria adiacente alla casa di Anna Frank, si decifra la topografia del quartiere: case basse, appoggiate una all'altra, attraversate da rivoli di stradine e ponticelli gobbi. Jordaan però non è l'unico quartiere storico ripopolato da creativi, studenti e designer: De Negen Straatjes, un dedalo di edifici d'epoca nella cintura di canali, è diventato il quartiere del vintage.

Tra street food ed eredità coloniale

Le strade attorno al Noordermarkt, al Bloemenmarkt - il mercato dei fiori - e all'Albert Cuyt Markt sono i regni dei cibi di strada. L'odore di frietje (patatine fritte accompagnate da una varietà di salse) aleggia insieme a quello di kibbeling (merluzzo fritto con maionese alle erbe) e kroketten (polpette di carne o pesce con senape), ma vi sono anche eleganti cioccolaterie, drogherie che esibiscono vasi di drop (liquirizia salata) e formaggerie in cui trionfa il Gouda, simbolo della tradizione casearia olandese.

> segue a pag. 65



L'EYE Film Institute Netherlands (Istituto olandese per la cinematografia), inaugurato nel 2012 nel quartiere Overhoeks, sulla sponda nord del fiume IJ. Al suo interno si trovano, oltre agli archivi, 4 sale cinematografiche e 1200 metri quadrati di esposizioni.

TACCUINO DI VIAGGIO

DE KAS

Kamerlingh Onneslaan 3
Una serra del 1926 è divenuta
un ristorante bio stellato Michelin.

PLLEK

TT Neveritaweg 59
Nei containers di un cantiere
navale in disuso, un menu con
piatti vegetariani, carni bio, pesce
da pesca sostenibile.

BILDER & DE CLERCQ

De Clercqstraat 44
Tempio del design-gourmet bio,
con prelibatezze take-away.

AMSTERDAM CHEESE MUSEUM

Prinsengracht 112
Museo del formaggio al primo
piano, degustazioni al pianterreno.

JACOB HOOF

Kloveniersburgwal 10-12
Spezie, tè pregiati, coloniali e
pastiglie di drop, liquerizia salata.

HET OUD HOLLANDSCH SNOEPWINKELTJE

Tweede Egelantiersdwarsstraat 2
Dolciumi e caramelle alla cannella,
alla violetta, allo zenzero.

VLEMINCKX

Voetboogstraat 33
Chiosco di frietje, le patatine di
Amsterdam: buone le oorlog, con
maionese, burro di arachidi, cipolla.

VLAAMSCH BROODHUYS

Eerste C. Huygensstraat 64
Scelta di sandwich all'olandese con
salsiccia di manzo e cipolline allo
zafferano o con prosciutto, senape,
crème fraîche e sottaceti.

HOLTKAMP

Vijzelgracht 15
Pasticceria che prepara anche
strepitose kroketten ai gamberetti.

VAN STAPELE

Heisteeg 4
Specialità i biscotti al cioccolato
fondente con ripieno di cioccolato
bianco liquido, da mangiare caldi.
come piccoli bijoux.

KLAAS TIMMER

Singel 486 (Bloemenmarkt)
Stilista floreale del Bloemenmarkt,
il mercato dei fiori galleggiante.



Biciclette in "Dam", la più
famosa piazza di
Amsterdam. Fu costruita
nel 1200 sopra la diga
(dam, in olandese) sul
fiume Amstel che diede
origine alla città.



LIMBURG TART

PER 6 PERSONE

300 g di farina - 1/2 bustina di lievito - 100 ml di latte - 25 g di burro + quello per la teglia - 45 g di zucchero - 1 uovo - sale
per la farcitura: 250 ml di latte - 1 stecca di vaniglia - 2 tuorli - 50 g di zucchero - 25 g di amido di mais - pesche sciropate

- **1** In una ciotola mescolate la farina e il lievito. Formate un incavo al centro e unite un cucchiaino di zucchero e 3 cucchiaini di latte tiepido, mescolate con un po' della farina per ottenere una pastella densa e lasciate riposare per 10 minuti. Unite il restante latte, il burro morbido, lo zucchero rimasto, l'uovo sbattuto, un cucchiaino di sale e impastate fino a ottenere un composto morbido (se occorre unite altro latte). Lasciate lievitare in una ciotola coperta da un panno umido a temperatura ambiente per un'ora o finché raddoppia il volume. Stendete la pasta e rivestite una teglia da 30 cm imburata, punzecchiate il fondo e fate riposare sotto un telo umido altri 15 minuti.
- **2** Per la farcia, a fuoco dolce scaldate 200 ml di latte con la vaniglia. Sbattete i tuorli con lo zucchero e l'amido, versate il latte rimasto, freddo, e stemperate bene. Mettete sul fuoco e versate a filo il latte alla vaniglia, mescolando finché si addensa. Spegnete, togliete la vaniglia e continuate a mescolare mentre intiepidisce. Versate la crema nella tortiera e distribuitevi le pesche ben sgocciolate. Infornate a 200° per 30-35 minuti. Servite tiepido.

FACILE

- Preparazione 40 minuti + riposo
- Cottura 50 minuti ● 410 cal/porz.



Sopra, l'Amsterdam Cheese Museum che ha uno spazio per la degustazione e vendita dei famosi formaggi olandesi. Sotto, uno scorcio della Weteringschans, un viale nell'area dei musei.



> segue da pag. 63

Le panetterie sfornano a getto continuo stroopwafel, wafer farciti al caramello, da gustare caldi; torte di mele alla cannella; pannenkoeken e poffertjes, frittelle ricoperte di sciroppo dolce e zucchero a velo o, in versione salata, di bacon e Gouda. Meticcia per eccellenza, la cucina olandese accosta pietanze antiche a ricette esotiche: il rijsttafel indonesiano, a base di riso speziato, è entrato a far parte della gastronomia olandese, segnata dalla storia coloniale della nazione. Intasata dai ristoranti etnici, Amsterdam ha confinato sulle tavole di casa i piatti più tradizionali:

dall'erwtensoeep, denso puré di piselli secchi con prosciutto, al roggebrood, il pane di segale, dallo stampot a base di salsiccia affumicata all'hutspot, contorno di carote e patate servito col klapstuk (brasato di manzo). I sapori caratteristici sopravvivono anche nei broodjes, i panini imbottiti che sembrano opere d'arte. Addentare un semplice sandwich con prosciutto arrosto e Gouda di latte crudo o uno con aringa marinata, cetriolini e cipolla fresca, magari a maggio, quando le aringhe sono più dolci e carnose, fa scoprire il gusto dell'autentica tradizione olandese.

Dal campo
alla bottiglia.
Il segreto
di tanta bontà
è accorciare
le distanze.



RACCOLTA A
DISTANZA MEDIA
DI CIRCA 50 KM
DALLO STABILIMENTO



PROCESSO DI
LAVORAZIONE
CONTROLLATO E
CERTIFICATO



SOSTENIBILITÀ
DEI PROCESSI
PRODUTTIVI E DI
TRASFORMAZIONE



STRUMENTI
DI TRACCIABILITÀ
EVOLUTA

50 km è la distanza media che separa il terreno di coltivazione dei nostri pomodori dagli stabilimenti dove vengono confezionati. L'innovazione al servizio della massima naturalità, una filiera corta che allunga il sapore per offrire ogni giorno un prodotto fresco, genuino e certificato.

www.pomionline.it

Pomì
O così. O Pomì.

Ravanelli e pratoline

PRIMAVERA SU DUE
PIANI CON
FIORELLINI ROSATI,
PIANTE GRASSE E
ORTAGGI FRESCHI
DI STAGIONE

a cura di Silvia Bombelli,
realizzazione di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

Occorrente:

- 1 alzatina in legno bianca a due piani - pellicola alimentare o plastica trasparente - 1 disco di spugna per fioristi (circa 15 cm di diametro)
- 2 mazzi di ravanelli francesi (il tipo allungato con la punta bianca)
- 1 mazzo di pratoline rosa (circa 24 fiori) - 12 germogli di echeveria o di altre piante succulente

- **1** Foderate la parte interna dell'alzatina con la plastica o la pellicola per evitare che l'acqua fuoriesca. Riempite d'acqua il lavello o un catino, appoggiate la spugna in superficie e lasciatela affondare in modo che si impregni d'acqua lentamente.
- **2** Ritagliate la spugna in modo da poterla sistemare nei due ripiani dell'alzatina. Eliminate le foglie dei ravanelli conservando solo le più corte, lavateli e asciugateli bene.
- **3** Inserite le pratoline e i germogli di echeveria nella spugna, alterandoli ai ravanelli così da ottenere una composizione fresca e armoniosa. Mettetela al centro della tavola, oppure su una credenza in salotto per creare un'allegria atmosfera primaverile e dare un tocco di colore all'ambiente.

Carote a colori

DALL'ARANCIONE TENUE
AL VIOLA PURPUREO
SI TRASFORMANO
IN POLPETTONI,
MARMELLATA E PIE

a cura di Silvia Bombelli, ricette di Claudia Compagni, styling di Barbara Mantovani, foto di Luca Colombo/Studio XL

In principio era viola e poco coltivata negli orti, perché usata a scopo medicamentoso, più che culinario. Già i Greci conoscevano le virtù curative della pianta, la *Daucus Carota* originaria dell'Asia, importata e coltivata in Europa per trasformarla in infusi, cataplasmi e balsami. Poi si scoprì che era facile da coltivare quasi ovunque, con forme e sfumature cromatiche diverse anche secondo il tipo di terreno e l'escursione termica. E così la carota cominciò a far capolino dappertutto, nelle zuppe contadine così come nei trionfi di verdure crude coloratissime, che decoravano i grandi vassoi sulle tavole reali. E fu proprio in onore dei regnanti d'Olanda che gli agronomi locali selezionarono una varietà "nobile", di un punto di arancione caldo e lucente, proprio come quello dello stemma dei D'Orange. Era il '600 e da allora quella arancione è in assoluto la carota più diffusa al mondo. Ma le altre, a cominciare dalla nostrana viola di Polignano a Mare, presidio di Slow Food, o l'elegante Purple Haze (cuore giallo e polpa purpurea) stanno tornando di moda. Perché ciascuna ha il suo sapore (rustiche le scure, dolci le gialle, delicatissime le bianche) e meglio si adatta alle diverse preparazioni. E ognuna contiene nutrienti diversi: le carote arancioni garantiscono un buon apporto di vitamina A; quelle viola di antiossidanti; quelle gialle di luteina, che protegge la pelle dai raggi solari e quelle bianche, da non confondere con la pastinaca, favoriscono la digestione grazie buon mix di sali minerali. Però, il trucco per conservarne profumo e nutrienti, qualunque sia il loro colore, consiste nel tagliare il ciuffo di foglie prima di metterle in frigorifero, perché "risucchia" la linfa dalle radici disidratandole e impoverendole di gusto. S.B.



CONFIT CON ZENZERO E MIELE

PER 4 PERSONE

300 g di carote viola - 300 g di carote arancioni - 1 cipolla rossa - zenzero fresco (4 cm) - 1 cucchiaino di semi di coriandolo - 2 foglie di alloro - 30 g di miele di acacia - 1 dl di vino bianco - 1 dl di brodo vegetale - 10 g di coriandolo fresco - 20 g di burro - sale

1 Sbucciate le carote, mondatele, tagliatele a spicchi nel senso della lunghezza e scottate separatamente ciascun tipo per 2-3 minuti in acqua salata in ebollizione. Scolatele e disponetele in una teglia rivestita con carta da forno.
 ● 2 Conditele con una presa di sale, il miele, i semi di coriandolo, le foglie di alloro spezzettate, lo zenzero sbucciato e tagliato a lamelle sottili. Unite la cipolla sbucciata e tagliata a fettine sottilissime. Versate il vino e il brodo caldo.
 ● 3 Cuocetele in forno caldo a 200° per 30 minuti. Unite il burro a fiocchetti e proseguite la cottura per 5 minuti. Eliminate l'alloro e servite le carote confit cosparse con le foglie di coriandolo spezzettate.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 35 minuti ● 100 cal/porzione

Sotto: piatto in ceramica smaltata in vendita da LaRinascenza, tovagliolo in lino di Society. Indirizzi a pagina 6



PANZANELLA CON PESTO ALLA SALVIA

PER 4 PERSONE

500 g di carote Purple Haze - 200 g di pane toscano raffermo
 - 10 g di foglie di salvia - 40 g di mandorle con la buccia - 1 piccolo
 spicchio d'aglio - olio extravergine di oliva - sale - pepe nero

- **1** Spezzettate il pane raffermo, mettetelo in una grossa terrina coperto con acqua fredda e lasciatelo ammorbidente per 10 minuti. Scolatelo, strizzatelo con le mani, sbriciolatelo e trasferitelo in una terrina.
- **2** Lavate e asciugate le foglie di salvia, frullatele nel mixer con le mandorle, sale, pepe, lo spicchio d'aglio sbucciato e privato dell'anima centrale, 5 cucchiaini di olio e 2 cucchiaini di acqua. Frullate fino a ottenere un pesto fine e omogeneo. Versatelo nella terrina con il pane e mescolate per amalgamare gli ingredienti.
- **3** Sbucciate e lavate le carote, tagliatele una con una mandolina nel senso della lunghezza in modo da ottenere 8 nastri dello spessore di 1 mm e teneteli da parte. Tagliate le carote rimaste a fettine di 2 mm di spessore e poi a metà. Cuocetene la metà in una padella antiaderente con 4 cucchiaini di olio e una presa di sale finché iniziano a dorare. Mescolatele con il pane condito e con le carote crude rimaste. Regolate di sale.
- **4** Ponete un coppapasta rotondo del diametro di 10 cm al centro di un piatto, rivestite i bordi interni con 2 nastri di carote, riempitelo con un quarto della panzanella premendola bene con il un cucchiaino. Sfilate il coppapasta, ripetete per le altre 3 porzioni, condite con un filo di olio servite.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 5 minuti ● 310 cal/porzione

Piattino Shona di Habitat, tagliere in legno di Hk Living in vendita da JV Store.
 A destra: piano in pietra francese antica e mattonella in grès da Areae, piattino esagonale, ciotola e cucchiaino di Giovelab, tagliere e coltello da Le Stanze della memoria, tovagliolo in lino sfrangiato di Hue-Table Stories. Indirizzi a pagina 6

MARMELLATA AL LIME

PER 4 PERSONE

- 1 kg di carote Purple Haze
- 800 g di zucchero di canna
- 2 lime non trattati

- **1** Sbucciate le carote, lavatele, tagliatele a fettine sottili, trasferitele in una casseruola e copritela a filo con acqua fredda. Portate a ebollizione e cuocete per circa 20 minuti, finché tutta l'acqua è stata assorbita e le carote sono morbide.
- **2** Levate la casseruola dal fuoco e frullate le carote con un mixer a immersione fino a ottenere una purea liscia e omogenea.
- **3** Lavate i lime, asciugateli e grattugiate la scorza con una grattugia a fori medi. Trasferitela in una casseruola. Unite lo zucchero e 1 dl di acqua. Portate a ebollizione finché lo zucchero si è sciolto. Versate lo sciroppo nella casseruola con la purea di carote, unite il succo dei lime filtrato e cuocete la marmellata per 5 minuti da quando ricomincia a bollire.
- **4** Trasferitela in 2 vasi sterilizzati da 2,5 dl e chiudeteli ermeticamente. Rovesciateli e lasciateli raffreddare. Servite la marmellata, che si conserva per almeno 6 mesi, con fette di pane tostato. Se vi piace spolverizzatelo con un po' di zucchero a velo.

FACILE ● Preparazione 10 minuti

● Cottura 25 minuti ● 800 cal/porzione

CHUTNEY DI CAROTE

PER 4 PERSONE

- 500 g di carote gialle - 1 cipolla bionda - 1 mela Renetta - 180 g di zucchero di canna - 50 g di uvetta - 1 arancia non trattata - 4,5 dl di aceto di mele

- **1** Mettete l'uvetta in acqua tiepida per 20 minuti. Sbucciate le carote, lavatele e grattugiatele con una grattugia a fori grossi. Sbucciate la cipolla e tagliatela a fettine sottili. Sbucciate la mela, eliminate il torsolo e riducetela a dadini. Lavate l'arancia, prelevate la scorza con un pelapatate senza la parte bianca e tagliatela a strisciole sottili. Scottatela in acqua in ebollizione per 1 minuto e scolatela. Riunite gli ingredienti in una casseruola, aggiungete l'uvetta scolata e strizzata, l'aceto, lo zucchero, il succo dell'arancia filtrato e cuocete il composto coperto per 40 minuti.
- **2** Trasferitelo in 4 vasi sterilizzati da 1,5 dl, chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciate raffreddare. Servite il chutney con formaggi o carni fredde. Consumatelo entro 6 mesi.

FACILISSIMA ● Preparazione 25 minuti

● Cottura 40 minuti ● 270 cal/porzione



FUNZIONALE A TE.

Pane Funzionale Salus® combina gusto naturale e benessere. Con **7 benefici nutrizionali**, è un alleato contro il colesterolo, ha pochi grassi, è ricco di fibre e proteine. Preparalo a casa aggiungendo solo l'acqua e riscopri il piacere del **pane buono e light**.

Distribuito da **Ruggeri®**



www.ruggerishop.it



@ruggerishop

PIE CON FETA ALLA MENTA

PER 6 PERSONE

4 fogli di pasta fillo - 300 g di carote viola - 300 g di carote arancioni
- 200 g di feta - 1 scalogno - 20 g di burro - 1/2 cucchiaino di semi
di finocchio - 4 foglie di menta - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Pelate i due tipi di carote, lavatele e grattugiatele con una grattugia a fori grossi, tenendo separate quelle arancioni da quelle viola. Sbucciate e tritate finemente lo scalogno, pestate i semi di finocchio in un mortaio, lavate e spezzettate le foglie di menta.
- **2** Scaldate 2 cucchiaini di olio in una grossa padella antiaderente, unite la metà dello scalogno e i semi di finocchio, fate stufare dolcemente e unite le carote viola e una presa di sale. Cuocete per 2 minuti.
- **3** Fate stufare lo scalogno rimasto in un'altra padella con 2 cucchiaini di olio, aggiungete le carote arancioni, regolate di sale e cuocete per 2 minuti su fiamma vivace. Unite le foglie di menta e lasciatele raffreddare.
- **4** Sciogliete il burro su fiamma bassa senza farlo soffriggere. Sciacquate la feta sotto l'acqua corrente, asciugatela con carta da cucina e sbriciolatela. Rivestite con carta da forno uno stampo a bordi bassi del diametro di 22 cm. Spennellate i fogli di pasta fillo con il burro e disponeteli nello stampo facendoli sbordare e accavallandoli al centro dello stampo.
- **5** Riempite lo stampo con le carote viola, cospargetele con la feta, proseguite con le carote arancioni e richiudete la pasta sul ripieno. Cuocete il pie nella parte bassa del forno preriscaldato a 180° per 15 minuti scoperto e per altri 15 minuti coperto con un foglio di stagnola. Lasciatelo intiepidire e servitelo.

MEDIA • Preparazione 30 minuti • Cottura 25 minuti • 300 cal/porzione

Mattonella in pietra francese anticata, in vendita da Areae, piatto in ceramica smaltata, paletta per torta e caraffa in vetro, tutte in vendita da Raw, tovaglietta in lino Society Limonta, bicchiere in alluminio 100fa. Indirizzi a pagina 6





POLPETTONE DI CAROTE VIOLA CON MANDORLE E CHIPS DI CAROTE GIALLE

PER 6 PERSONE

300 g di carote Purple Haze - 200 g di carote gialle - 4 cipollotti -
100 g di mollica di pane fresco - 80 g di mandorle a lamelle - 2 uova
- 1 mazzetto di basilico - 1 limone - 300 g di pomodorini ciliegia
- 1 spicchio d'aglio - olio extravergine di oliva - sale

- **1** Tostate le mandorle in una padella antiaderente fino a quando iniziano a dorare. Sbucciate e lavate le carote, tenete da parte 80 g di carote gialle e grattugiate le altre con una grattugia a fori grossi. Mondate i cipollotti, tagliateli a fettine sottili e fateli soffriggere dolcemente in una padella con 3 cucchiaini di olio finché si ammorbidiscono.
- **2** Tritate la mollica di pane nel mixer con le uova, i cipollotti raffreddati, una presa di sale, una manciata di foglie di basilico e il succo di limone. Mescolate il composto con le carote e 60 g di mandorle tostate. Rivestite con carta da forno uno stampo da plumcake (8x22 cm) e distribuite sul fondo le mandorle rimaste. Riempite lo stampo con il composto preparato e compattatelo. Cuocete il polpettone in forno caldo a 180° per 40 minuti.
- **3** Nel frattempo, lavate e mondate i pomodorini, bucateli con una forchetta e cuoceteli per 5-6 minuti in una padella con 4 cucchiaini di olio, lo spicchio d'aglio sbucciato e tagliato a fettine e una presa di sale. Schiacciateli leggermente con una forchetta e proseguite la cottura per 5 minuti.
- **4** Tagliate la carota gialla rimasta in sbieco a fettine sottili, friggetele in 3 dita di olio ben caldo finché diventano dorate. Scolatele su carta da cucina e insaporitele con una presa di sale. Sformate il polpettone, cospargetelo con le chips di carota e accompagnatelo con la salsa di pomodorini.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora ● 250 cal/porzione

In questa pagina:
tovagliolo in lino
Sfrangiate di Hue-Table
Stories, piatto fatto a
mano in ceramica di
Christianne Perrochon.
Indirizzi a pagina 6

Sant'Anna[®] SanTHE



BUONO COME LO **IMMAGINI**

SANTHÈ SANT'ANNA: AL LIMONE, ALLA PESCA E AL THÈ VERDE.

NUOVA RICETTA: i migliori ingredienti selezionati, con vero infuso di tè e la leggerezza di Acqua Sant'Anna.

Tutti naturalmente **senza coloranti, senza conservanti e senza glutine**. **NUOVA GAMMA:** il **bicchierino** per i ragazzi; la bottiglia da **mezzo litro** per soddisfare la voglia di Santhè fuori casa; la **litro e mezzo** per chi condivide la bontà di Santhè in famiglia e, per i più piccoli, c'è il nuovo **deterainato** nella sua bottiglietta con pratico **tappo baby**.

I nuovi Santhè Sant'Anna nascono così: **BUONI COME LI IMMAGINI** e anche di più.

A pranzo con le rose

I GIARDINI DI MAGGIO ISPIRANO
UN MENU FLOREALE DAI TONI RAFFINATI
E PIACEVOLMENTE ROMANTICI

a cura di Cristiana Cassé, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaverri, styling di Studio Pasinelli. Si ringrazia Castello Quistini per l'ospitalità

Alzata, barattolo
e brocche La
Porcellana Bianca,
piatto e ciotole Pip
Studio, cucchiaio
100fa, runner
e camicia Lisa Corti,
bicchieri Ichendorf
e Villeroy & Boch.
Nella pagina accanto,
sulla tavolata: piatti
e tovaglioli Taitù e Rose
& Tulipani, posate
e barattoli 100fa,
bicchieri e ciotole Pip
Studio, candelabri
Moscova libri e robe;
foto frottatine: tessuto
e piattino Bluebellgray,
forchetta Moscovia
libri e robe.
Indirizzi a pagina 6



FRITTATINE DI FIORI E FOGLIE CON CREMA DI CAPRINO

Lavate 200 g di erbe (erbette, tarassaco, basilico, melissa, cimette di rapa) e una manciata di fiori (calendula, viole, erba cipollina, cappuccina, rucola), asciugateli e spezzettateli. Sbattete 8 uova con sale e pepe e unite le erbe e i fiori. Scaldate

3 cucchiaini di olio in una padella antiaderente, versate la miscela e cuocete la frittata sui due lati (per girarla aiutatevi con un coperchio). Fatela scivolare su un piano e ricavatene tanti dischi con un coppapasta di 3-5 cm di diametro (potete tagliare gli avanzi a cubetti e servirli come aperitivo). Con le fruste elettriche montate 200 g di caprino con 3 cucchiaini di panna e un po' di pepe. Distribuite la crema sulla metà dei dischi e chiudete a sandwich con quelli rimasti.

Riducete gli avanzi di frittata in tocchetti regolari e serviteli a parte, in una ciotolina. Per 6 persone

Fioriscono le rose da collezione nei giardini, quelle selvatiche fanno cespuglio ai bordi dei sentieri, le più delicate sbocciano in testa ai filari di vite. Nei campi è un'esplosione di margerite, primule, violette, non-ti-scordar-di-me, tarassaco. Persino negli orti sono in fiore le zucche e le erbe, dalla capuccina alla cipollina fino alla rucola. Meraviglie profumate belle da guardare, ma anche da spendere in cucina, per un memorabile pranzo oper air a tutto tondo con la natura. Petali e corolle si rubano nei prati, se non trattati, ma si trovano anche facilmente online e in alcune serre. Un delicato risciacquo in acqua e si può iniziare. Le cotture sono brevi, a volte assenti. Bastano pochi minuti in padella, per esempio, per preparare gli sfiziosi sandwich che aprono il nostro menu: si cuoce una grande frittata con erbe e fiori e se ne ricavano tanti dischi con un coppapasta; poi basta accoppiarli due a due farcendoli con caprino montato con panna e pepe.

> segue a pag. 78





Caramelle al primo sale e borragine in crema di malva

pag. 84



Sopra, alzata e brocca La Porcellana Bianca, bicchieri Ichendorf, Villeroy & Boch e Rose & Tulipani, camicia Lisa Corti. A sinistra, tovaglietta Lisa Corti, piatto Pip Studio, bicchiere Ichendorf, forchetta Moscovia libri e robe. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 77

Trionfano colori e profumi anche nelle ricche bruschette: la texture grassa del prosciutto crudo è spigolata da un'insalatina di pomodori e cipollotto (quello dolce di Tropea, sennò copre i sapori) condita con una salsina di olio, rosmarino e aglio nuovo (se usate quello vecchio, dimezzate la dose). Sul tutto, a pioggia, una manciata di petali di fiordaliso e fiori di erba cipollina. Nei bicchieri scorre un bianco beverino, da servire non troppo freddo (intorno ai 10°) perché sprigioni il bouquet ed entri in concerto con la fragranza delle portate. Soprattutto con i pezzi forti, come i deliziosi ravioli di magro: pasta all'uovo richiusa a caramella con un ripieno di primo sale di capra, borragine e pangrattato saltato all'aglio. A condire, una straordinaria crema di malva e zenzero che regala a questo piatto un'eleganza rara. Se accettate un consiglio, preparatene un po' di più, sia di ravioli sia di condimento, e congelate entrambi. Quando una sera li troverete già pronti, solo da cuocere, sarà una gioia impagabile, fidatevi.

> segue a pag. 81



BERE GIUSTO

Per la parte salata del menu scegliamo un Sauvignon prodotto in Alto Adige: la sua spiccata impronta varietale, con i particolari sentori di fiori bianchi, erba e foglia di pomodoro, è preziosa sulle frittate e sulle bruschette, mentre la pungente ed esotica freschezza gustativa si esalta sulla polpa dei gamberi e sulla densità del sauté. Ai dolci riserviamo un distillato di sambuco diluito con un quarto di acqua fredda, così da incontrare la delicatezza del gelo di panna e la fragranza dei fiori in pastella.

BRUSCHETTE CON POMODORINI, PROSCIUTTO E CIPOLLOTTO

Tritate 2 spicchi di aglio nuovo con 1 cucchiaino di aghi di rosmarino e mescolateli con 4 cucchiaini di olio e una presa di sale. Affettate 400 g di pomodorini gialli e rossi, tagliate a velo 2 cipollotti di Tropea, mescolateli con i pomodorini e condite con l'olio al rosmarino. Affettate 2 baguette, tostate le fette in forno e coprite ciascuna con una mezza fettina di prosciutto crudo e un cucchiaino di insalata di pomodori. Completate con fiori di erba cipollina e petali di fiordaliso. Per 6 persone



Gamberoni e crema
di avocado su gelatina di pesce

pag. 84



Verdurine e fiori di zucca
con salsa al rafano

pag. 84



IL PARADISO DELLE ROSE
Castello Quistini, dove sono state scattate le foto di questo servizio, è una spettacolare dimora del 1500 adagiata tra i vigneti della Franciacorta, nelle immediate vicinanze di Rovato (Brescia). All'interno del maniero si trovano una serie di saloni affrescati (disponibili per ricevimenti, meeting ed esposizioni), mentre il parco ospita il "Labirinto delle rose" (con oltre 1500 varietà) e il "Giardino delle ortensie" (un suggestivo angolo segreto, con specie rare): dal 29 aprile, tutte le domeniche e i festivi vengono organizzate visite guidate

intitolate "Tra rose, storia e leggenda". Per gli appassionati è aperto il vivaio, dove si possono acquistare ricercate rose da collezione. Nel corso dell'anno, si tengono inoltre laboratori, mercatini vintage ed eventi legati al mondo botanico: tra questi il Garden festival, il 5 e 6 maggio, che inaugura la stagione delle rose e dei fiori in generale, oltre a proporre arredi per la casa e il giardino, creazioni artistiche, vestiti e bijoux in materiali naturali, libri e manuali. Per l'occasione saranno operativi un'area ristoro e un foodtruck vegano. (castelloquistini.com).





A destra, tessuto Bluebellgray. Sotto, piatto La Porcellana Bianca. Nella pagina accanto, foto gamberi: piatto di Laboratorio Paravicini, ciotola La Porcellana Bianca; foto verdure: piatto piano Taitù, insalatiera Rose & Tulipani, bicchiere Villeroy & Boch. Indirizzi a pagina 6



Sauté di pollo e peperoni alla rosa

pag. 84

> segue da pag. 78

Nella seconda parte del menu, in tavola si alternano (nell'ordine che preferite) una serie di prelibatezze dal colpo d'occhio caraibico. Ecco i gamberi con la crema di avocado, che sono adagiati su una raffinatissima gelatina di pesce aromatica: come addensante abbiamo scelto l'agar agar, che ha il vantaggio di essere totalmente insapore e quindi perfetto per preparazioni delicate. Spettacolare l'insalata di accompagnamento, con zucchine e carote scottate a vapore e fiori di zucca a crudo conditi con una pungente citronnette alla panna e rafano. Infine, una portata di carne bianca, a base di pollo marinato con limone, scalogno e basilico e poi saltato in padella con peperoni e spinacini. Fuori dal fuoco, si aggiungono una manciata di petali di rosa. Un piatto semplice, con un'anima quasi croccante, i cui sapori si sposano a meraviglia. Il trionfo di colori è enfatizzato dalla mise en place, che rispecchia il tema del pranzo, con bouquet di rose nelle caraffe e soggetti floreali che si inseguono dai piatti alla tovaglia.

> segue a pag. 82

FRITTELLE DI SAMBUCO AL PEPE ROSA

Frullate 30 g di zucchero in cristalli (si trova nei supermercati) con 1/2 cucchiaino di pepe rosa e 1 bacca di vaniglia e poi riponetelo in un vasetto a chiusura ermetica. Disponete 250 g di farina in una ciotola e, mescolando con una frusta, incorporate poco a poco 1,5 dl di acqua frizzante. Quindi unite un uovo e, quando sarà ben amalgamato, aggiungete altri 100 ml di acqua frizzante. Immergete via via 12 fiori di sambuco nella pastella, sgocciolateli e friggeteli in abbondante olio bollente. Asciugateli su carta da cucina e serviteli ben caldi spolverizzati con lo zucchero aromatico. Per 6 persone



Qui accanto, ciotola di Pip Studio. Più a destra, piatto La Porcellana Bianca. Sotto, piatto di Rose & Tulipani, forchettina Moscova libri e robe. Indirizzi a pagina 6



Gelo alle rose
e mandorle

pag. 84

> segue da pag. 81

Il momento del dessert desterà sicuramente commenti entusiastici. Sono infatti due autentiche prelibatezze quelle che concludono il pranzo. Il gelo, elegantissimo e prezioso, è una sorta di panna cotta all'acqua rosa servita con fragoline di bosco macerate (brevemente) nell'aceto balsamico bianco. Mentre le frittelle, altro non sono che fiori di sambuco impastellati, fritti e spolverizzati con una miscela divina: zucchero in cristalli frullato con pepe rosa e una bacca di vaniglia. È forse la portata più semplice di tutto il menu e, proprio per questo, contiene del genio. Potete legare ogni stelo con un nastrino e offrire frittelle come omaggio floreale. Non abbiate paura di osare. Anche la natura lo fa.

C.C.

Frutto d'Italia

Porta in Tavola la Liguria



La "Cultivar Ligure" Taggiasca si abbina bene con gli antipasti, i primi e i secondi piatti di carne o di pesce.

Questa linea nasce per promuovere le nostre Olive da Tavola a tipicità Regionale. Ogni frutto si distingue per il gusto unico, l'inconfondibile sapore, la consistenza e la croccantezza. Sono olive ricche di aromi e profumi che ci rimandano ai luoghi autentici in cui nascono.

20 Gustose varietà, pronte per far festa in cucina, provale tutte !



CARAMELLE AL PRIMO SALE E BORAGINE IN CREMA DI MALVA

PER 6 PERSONE

per la pasta: 400 g di farina
+ quella per il piano - 3 uova
e 3 tuorli - 1/2 cucchiaino di olio -
1/2 cucchiaino di vino bianco - sale
per il ripieno: 300 g di primosale
di capra - 3 mazzi di borragine
- 50 g di pangrattato - 1 mazzetto
di basilico - 2 spicchi d'aglio
- olio extravergine d'oliva - sale
per condire: 1 grosso mazzo
di malva - 3 cm di zenzero fresco
- 40 g di grana padano
- 1 dl di brodo vegetale
- 20 g di burro - fiori di malva
per decorare - sale

- **1** Preparate la pasta. Setacciate nella ciotola dell'impastatrice la farina, aggiungete le uova, i tuorli, l'olio, il vino e un pizzico di sale. Lavorate con il gancio a velocità media finché la pasta sarà liscia e omogenea. Avvolgetela con pellicola per alimenti e lasciatela riposare 1 ora in frigo.
- **2** Intanto, preparate il ripieno. Tritate l'aglio e rosolatelo con un filo d'olio. Tritate anche il basilico, unitelo in padella insieme al pangrattato e fate dorare per 2 minuti. Ricavate le foglie della borragine, lavatele e tagliatele a listarelle. Saltatele in padella con poco olio, sgocciolatele, strizzatele e tritatele grossolanamente. Grattugiate il primosale con la grattugia a fori grossi, sminuzzatelo ulteriormente con le mani e mescolatelo con il pangrattato aromatico e la borragine.
- **3** Preparate la crema. Ricavate le foglie della malva, lavatele e tagliatele grossolanamente. Sbucciate e tritate lo zenzero. Fate sciogliere il burro in una casseruola, rosolatevi lo zenzero, unite la malva e il brodo e lasciate sobbollire per 10 minuti. Frullate a crema e, se necessario, regolate il sale.
- **4** Tirate la pasta con la macchinetta, disponete le sfoglie sul piano di lavoro ben infarinato e ricavatene tanti dischi, con un coppapasta di 10 cm di diametro. Distribuitevi il ripieno, arrotolateli e richiudete le estremità a caramella. Lessate i ravioli in abbondante acqua bollente salata per 3-4 minuti, scolateli e conditeli con la crema di malva. Serviteli con il grana a scaglie e i fiori di malva.

MEDIA

- Preparazione 1 ora + riposo
- Cottura 25 minuti ● 560 cal/porzione

GAMBERONI E CREMA DI AVOCADO SU GELATINA DI PESCE

PER 6 PERSONE

18 code di gamberone pulite
- 100 g di maionese - 1/2 avocado
maturo - 1 costa di sedano
- 1 mazzetto di erbe fresche
(timo, salvia, origano) - 1 cipollotto
- 4 spicchi di aglio nuovo
- 1 bicchiere di vino bianco - 2 g
di agar agar - 1/2 limone - 1/2 litro
di brodo di pesce - peperoncino
- fiori e foglie per decorare - sale

- **1** Fate bollire per 20 minuti il brodo di pesce con il vino bianco, 1 bicchiere di acqua, 2 strisce di scorza di limone, l'aglio, il cipollotto, il sedano e le erbe. Poi unite le code di gamberone e cuocetele per 3 minuti. Sgocciolatele e filtrate 2 volte il brodo. Mettetelo di nuovo sul fuoco con l'agar agar e mescolate per 5 minuti dall'ebollizione. Versatelo nei piatti e lasciatelo gelificare.
- **2** Frullate la polpa dell'avocado con la maionese, il succo del limone e una presa di sale. Distribuite i gamberoni e la crema di avocado nei piatti. Spolverizzate con il peperoncino e guarnite con i fiori e le foglie.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 30 minuti ● 290 cal/porzione

VERDURINE E FIORI DI ZUCCA CON SALSA AL RAFANO

PER 6 PERSONE

12 fiori di zucca - 6 zucchinette
- 5 carote - 1 limone - 5 cm
di rafano fresco - 1 dl di panna
- petali per decorare - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Pulite e lavate carote e zucchine, riducetele in listarelle con una mandolina e cuocetele a vapore per 2-3 minuti (devono restare croccanti). Private i fiori di zucca dei pistilli e del calice e tagliate la corolla a striscioline.
- **2** Grattugiate il rafano e miscelatelo con la panna, il succo e la scorza grattugiata del limone, un po' d'olio, sale e pepe. Mescolate le verdure con 2 terzi dei fiori di zucca e della salsa. Decorate con i fiori di zucca e la salsa tenuti da parte e i petali.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 2 minuti ● 140 cal/porzione

SAUTÉ DI POLLO E PEPERONI ALLA ROSA

PER 6 PERSONE

1 kg di petto di pollo - 200 g
di spinacini - 2 peperoni verdi
e 2 arancioni - 2 limoni - 2 scalogni
- 1 mazzetto di basilico
- 2 cucchiaini di aceto balsamico
- petali di rosa per profumare
- olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tagliate i petti di pollo a striscioline e fatele marinare per 10 minuti con il succo dei limoni, l'aceto balsamico e gli scalogni sbucciati e tritati con il basilico. Intanto, lavate e pulite i peperoni e riduceteli a listarelle.
- **2** Sgocciolate le striscioline di pollo, asciugatele e rosolatele in padella con 2 cucchiaini di olio. Quando saranno uniformemente dorate, unite i peperoni mondati e tagliati a striscioline e proseguite la cottura per 10 minuti circa. Unite gli spinacini lavati, lasciate insaporire 1 minuto. Aggiungete i petali di rosa, mescolate e servite.

FACILISSIMA

- Preparazione 25 minuti
- Cottura 15 minuti ● 260 cal/porzione

GELATO ALLE ROSE E MANDORLE

PER 8 PERSONE

8 dl di latte di mandorle dolce
- 2 dl di panna - 2 cestini di
fragoline - 90 g di amido di mais
- 1 cucchiaino di acqua di rose
alimentare - 1/2 bicchiere
di sciroppo di rose (nei
supermercati e nelle drogherie)
- 1 cucchiaino di aceto balsamico
bianco - 1 bustina di vaniglia
- roselline per decorare

- **1** Sciogliete l'amido nel latte di mandorle, unite la panna e la vaniglia e fate addensare a fiamma bassa, mescolando costantemente.
- **2** Bagnate con acqua 8 stampini quadrati da 1 dl. Togliete la crema dal fuoco, incorporate l'acqua di rose, versate negli stampini e fate raffreddare in frigo per 4 ore.
- **3** Fate macerare le fragoline con l'aceto per 10 minuti. Sformate il gelato nei piatti, nappate con lo sciroppo di rose e rifinite con le fragoline e i fiori.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura 10 minuti ● 160 cal/porzione



Patate

Farina



Sale

Uova



Bontà
Sotto Ø

NO conservanti SÌ gusto
Cercali nel banco freezer



Pasta fresca buona come fatta in casa

realizzata con materie prime selezionate
100% italiane e conservata in modo naturale,
solo grazie al freddo.



Scopri deliziose ricette su www.fumaiolo.com

Gustosi • Genuini • Naturali

Baccalà alla Livornese,

cuciniamolo con **Meno30!**



il cuoco di mare

direttamente dal mare
la qualità e il gusto del pesce
sulla tua tavola



**PRONTO
in 10 minuti!**

Vedi la videoricetta su **www.menotrenta.it**

seguici su:



Cipollotto Nocerino

**COLTIVATO DA MILLENNI
NELLA VALLE DEL SARNO,
HA UN GUSTO DOLCE
E GENTILE, SENZA NOTE
ACRI. DELIZIOSO CRUDO,
SPECIALE IN CUCINA**

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Tutti conoscono il pomodoro San Marzano, l'oro rosso della Campania, ma nelle pianure dell'Agro Sarnese Nocerino, distese tra Napoli e Salerno, cresce un ortaggio molto meno noto ma altrettanto eccellente: il cipollotto Nocerino. Eppure parliamo della seconda coltura dopo il pomodoro di quelle terre vulcaniche e fertili, dominate dal Vesuvio e attraversate dal fiume Sarno: l'ortaggio Dop più antico di sempre, come sottolinea con orgoglio il consorzio di tutela, con una storia lunga ben 2000 anni.

> segue a pag. 88



> segue da pag. 87

Fra gli scavi di Pompei si trova infatti una cappella affrescata, il Larario del Sarno (vi si custodivano i lari, i numi tutelari della casa), dove sono raffigurati i cipollotti. Un legume con il territorio vivissimo ancora oggi, con le aziende dell'Agro che li coltivano e commercializzano tutto l'anno, perché il clima mite e il terreno consentono semine e trapianti da luglio fino ad aprile. L'area della Dop comprende 21 Comuni, nelle province di Salerno e Napoli (area pompeiano-stabiese), dove i cipollotti vengono coltivati in pieno campo: di varietà diverse, sono di piccole-medie dimensioni (2-4 cm), con il bulbo cilindrico schiacciato ai poli, le foglie lunghe verde intenso e le tuniche bianche. Dopo la raccolta, i bulbi vengono lavati, pelati a mano in modo da renderli omogenei e lucenti, privati delle foglie e di una parte delle radici e legati a mazzetti. A renderli speciali sono la brillantezza e la fragranza; la consistenza croccante ma tenera; e soprattutto il sapore dolce e delicato, privo di note acri, sapido e aromatico. Un ortaggio molto digeribile, dunque, ricco di virtù salutari e delizioso da gustare fresco in insalata. Ma anche ottimo in cucina e prediletto dai cuochi, sia quelli di ieri sia quelli di oggi. Basti pensare all'antica terrina lucreziana (citata da Lucrezio nel *De Rerum Natura*, I sec. a.C.), con aringhe affumicate, miele, mosto cotto e mentuccia; o alle tante ricette dei nostri giorni che utilizzano il cipollotto: saltato in padella per insaporire la pasta, per esempio i tubetti con fave e pecorino o le fettucelle con guanciale dell'Ostria Luna Galante di Nocera Superiore, che organizza cene a tema dedicate al cipollotto Nocerino; da provare anche grigliato sulle bruschette; o in agrodolce con piatti di carne (ottimi l'agnello o il prosciutto di Praga) o di pesce, per esempio il baccalà.

BERE GIUSTO

Il cipollotto e la ricetta non sono di facile accostamento. Tuttavia, servendoli come contorno di una carne o di un salume, suggeriamo un rosato campano aereo e morbido, delle colline che sovrastano la Costiera Amalfitana. Il vino Monte di Grazia dell'azienda omonima, che accoglie la tenacia del vegetale e la pungenza della marinatura.



CIPOLLOTTI AGRODOLCI ALLA MENTA

PER 4 PERSONE

500 g di cipollotti Nocerini - 1 spicchio d'aglio
- 1/2 bicchiere di vino bianco - 2 cucchiaini di miele
- 4 cucchiaini di aceto balsamico
- 2 foglie di alloro - 1 mazzetto di menta
- olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Mondate i cipollotti e rosolateli in un tegame con un filo d'olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e l'aglio schiacciato. Lasciate che diventino teneri e prendano colore, quindi toglieteli dal fuoco e teneteli da parte.
- **2** Sfumate i residui nel tegame con il vino, lasciate evaporare la parte alcolica, quindi aggiungete il miele, l'aceto, mezzo bicchiere di acqua e l'alloro e fate restringere il liquido di 1/3. Unite una manciata di foglie di menta spezzettate e versatelo sui cipollotti.
- **3** Lasciate raffreddare completamente gli ortaggi, copriteli con la pellicola e metteteli a riposare in frigorifero per una notte prima di servire.

FACILE

- Preparazione 10 minuti + riposo
- Cottura 15 minuti ● 90 cal/porzione

Dalla bellezza del paesaggio naturale
alla bontà del gusto autentico.



www.formaggisvizzeri.it

Da secoli i Formaggi dalla Svizzera sono simbolo di alta qualità, antiche tradizioni, sapore autentico, genuinità degli ingredienti e rigorosa cura artigianale.

Ogni formaggio è prodotto con latte svizzero di zone diverse, con una lavorazione particolare e con differenti tempi di maturazione per infinite varianti di gusto.

LATTE 100% SVIZZERO

SENZA CONSERVANTI

SENZA ADDITIVI

SENZA GLUTINE



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.
www.formaggisvizzeri.it



TAPPE DEL GUSTO

In Svizzera, per formaggi

UN GOLOSO TOUR PER GUSTARE
I PREGIATI GIOIELLI CASEARI DELLA
CONFEDERAZIONE. FRA MALGHE,
BORGHI STORICI E CITTÀ D'ARTE

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Enrico Saravalle, ricette di Claudia Compagni,
foto delle ricette di Felice Scoccimarro, foto Swiss-Image, styling di Stefania Aledi

Grandi silenzi, panorami unici, parchi, laghi e montagne? In una parola, Svizzera. Perché nei Cantoni della Confederazione è facile incontrare aree naturali incontaminate, città elegantemente snob e piccoli paesi traboccanti di cultura. Per non parlare delle tappe gastronomiche di qualità. Terra di pascoli (con oltre mezzo milione di mucche Frisone, Brune Svizzere, Pezzate Rosse&Co), la Svizzera è anche una terra di formaggi. Che diventano, volendo, golose guide turistiche.

Sulle tracce dell'Appenzeller Dop, si entra nei Cantoni Appenzello Interno ed Esterno. Colline che si alternano ai monti e una fitta rete di sentieri, tra cui il celebre Barfussweg, sono i segni particolari del territorio. Oltre alla possibilità di assaggiare il formaggio nei luoghi di produzione, a Urnäsch si può visitare il "Museo degli Usi e Costumi", dove si provano gli strumenti per la Schelleschötte (suono dei campanacci) e ci si cimenta nel canto dello Zaubren (lo jodel locale).

> segue a pag. 93



Spra, l'hotel "Zum Schlüssel" di Lucerna, celebre per le decorazioni della facciata. Nelle due foto a destra e in quella sotto, tre momenti della produzione del Gruyère, lavorato secondo il metodo tradizionale nell'alpeggio della famiglia Murith alle pendici del Moléson, sulle Prealpi friburghesi. In basso a destra, il castello di Chillon, vicino a Montreux, che risale all'XI Secolo. Nell'altra pagina, un lago di montagna nella regione dei due Cantoni Appenzello.



JAN GEERK

ANDRE MEIER

ANDRE MEIER

ANDRE MEIER



APPENZELLER CON COMPOSTA DI PEPERONI ROSSI PICCANTINA

Frullate nel mixer 200 g di farina con una presa di sale e 90 g di burro freddo a dadini fino a ottenere un composto a briciole. Unite 1 uovo e 10 g di erba cipollina tagliuzzata (tranne 2 steli) e frullate fino alla formazione di una palla di pasta. Avvolgetela in un foglio di pellicola alimenti e lasciatela riposare in frigo per almeno 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia dello spessore di 2 mm, rivestite 16 stampini da tartelletta quadrati di 4 cm di lato e informate a 180° per 20 minuti. Lavate 600 g di peperoni, mondateli eliminando il picciolo, i semi e i filamenti interni e tagliate la polpa a striscioline sottili. Private del picciolo 4 peperoncini e tagliateli a rondelle. Riunite in una casseruola i peperoni, i peperoncini, 400 g zucchero, 2,5 dl di aceto, una presa di sale e portate a ebollizione. Proseguite la cottura per 10 minuti, levate la casseruola dal fuoco e frullate il tutto con un mixer a immersione. Rimettete la casseruola su fiamma media, portate a bollore, unite 12 g di pectina e cuocete per 3-4 minuti fino a che la composta si addensa. Lasciatela raffreddare, disponetene 1 cucchiaino nelle tartellette e completate con 200 g di appenzeller a dadini e qualche pezzetto di erba cipollina e servite. Per 8 persone.



TERENCE DU FRESNE

Sopra, una passeggiata tra i monti dell'Appenzello. Sotto a destra, una veduta di Lucerna dal lago; sullo sfondo spicca la chiesa rinascimentale di San Leodegario in Corte (il nome tedesco, Hofkirche Sankt Leodegar, viene abbreviato in Hofkirche); costruita tra il 1633 e il 1639, è l'edificio religioso la più importante della città. Sotto a sinistra, un momento di pausa durante il Festival della musica moderna e contemporanea che si tiene ogni estate a Lucerna.

A LATO, ANDY METTLER. PIÙ A DESTRA ELGE KENNEDIG



RACLETTE AL VAPORE DI TIMO

Lavate 400 g di patate viola, sfregate la buccia con una spazzolina per eliminare i residui di terra, sciacquatele e tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Disponete 60 g di timo in un grosso cestello per la cottura a vapore, disponetevi sopra le patate con la parte tagliata rivolta verso l'alto e cuocetele per circa 20 minuti, fino a quando sono morbide. Tagliate 300 g di raclette a fettine di 2-3 mm di spessore, disponetelo sopra le patate proseguite la cottura fino a che il formaggio inizia a sciogliersi e servite subito. Per 4 persone.



Pietra Risani Marmi, posata
Rivadossi, piatto Stefano
Toniolo Ceramiche Artistiche.
Nell'altra pagina, tagliere
Made a Mano, barattolino per
la composta Mcm Emballages
Indirizzo a pagina 6

> segue da pag. 90

La Raclette Suisse è il testimonial di uno dei suoi Cantoni di produzione, quello di Lucerna. Città della musica, delle piazze e delle chiese, famosa per il Kapellbrücke (uno dei più antichi ponti coperti d'Europa), Lucerna ha tra i suoi gioielli il futuristico KKL (il Centro Cultura e Congressi, disegnato da Jean Nouvel) e il Museo dei Trasporti. Da non perdere, poi, un giro sulla ferrovia a cremagliera più ripida

del mondo, che si arrampica sul Pilatus, il monte di casa. Il Tête de Moine ci porta verso la regione del Giura, dove il formaggio è prodotto a St-Imier, Saignelégier e Bellelay. In quest'ultimo borgo si visita l'Abbazia dove è ospitata la "Maison de la Tête de Moine" per scoprire la storia di questo formaggio, vecchia di oltre 800 anni, e per imparare la tecnica di raschiatura con cui viene preparato per l'assaggio.

> segue a pag. 94

PANCAKE CON TÊTE DE MOINE E COMPOSTA DI BARBABIETOLE

Sbucciate 500 g di barbabietole cotte al forno, tagliatele a tocchetti e frullatele. Trasferitele in una casseruola, unite 250 g di zucchero, portate a ebollizione e cuocete la composta per circa 25 minuti. Sciogliete 40 g di burro su fiamma bassissima senza farlo soffriggere. In una ciotola, setacciate 180 g di farina con 1 cucchiaino lievito, unite una presa di sale, 3 dl latte mescolato con il burro fuso, 1 uovo sbattuto e mescolate fino a ottenere una pastella liscia e omogenea. Scaldate una piastra di ghisa liscia o una padella antiaderente, versate un mestolino della pastella preparata e cuocete il pancake su fiamma bassa 2 minuti per lato. Tenetelo in caldo e proseguite fino al termine della pastella. Servite i pancake caldi con un cucchiaino di composta di barbabietole e una rosetta di tête de moine. Per 4 persone.



Americana Society Limonta,
piatto Serax, ciotolina Stefano
Toniolo Ceramiche Artistiche.
Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 93

Ma si farà tappa anche a Saint Ursanne per vedere il ponte Saint Jean Népomucène e la collegiata del XII secolo. Con Le Gruyère Dop, si arriva nella Regione di Friburgo. Gruyères, che dà il nome a questo formaggio è un borgo fatto di case d'epoca, strade acciottolate, fontane che gorgogliano, il tutto sovrastato dal castello, abitato nel corso dei secoli dai vip e nobili locali e decorato da artisti francesi di grido.

Intorno, si sono gli alpeggi di Moleson, terroir d'origine delle vacche a chiazze nere e bianche, il cui latte serve a produrre il pregevole formaggio locale. A una manciata di chilometri c'è Friburgo, vero museo a cielo aperto, in equilibrio tra il fascino delle facciate gotiche, dei palazzi rinascimentali e le intriganti installazioni esoteriche di artisti contemporanei (primi fra tutti Jean Tinguely e Niki de Saint Phalle).



Qui sopra, un contadino nel tradizionale costume estivo. Più in alto, la cattedrale gotica di San Nicola (St. Nikolaus), il principale luogo di culto cattolico di Friburgo; iniziata nel 1283, fu portata termine con la costruzione del campanile solamente nel 1490. Sotto, il ponte Saint Jean Népomucène sul fiume Doubs a Saint Ursanne; caratterizzato dalle abitazioni decorate e dai ponti in pietra, questo centro deve la sua fondazione al monaco irlandese Ursicino ed è considerato una delle perle del Giura.

NOCI IN AGRODOLCE E GRUYÈRE

Trasferite 125 g di gherigli di noce su una placca rivestita con carta forno e tostateli sotto il grill del forno per 2-3 minuti, mescolando di tanto in tanto.

Riunite in una casseruola 1,2 dl di acqua, 120 g zucchero di canna, 60 g di miele di acacia, 1,2 dl di aceto di mele, un pizzico di cannella in polvere, 2 chiodi di garofano, portate a ebollizione e proseguite la cottura su fiamma bassa per 10 minuti. Unite i gherigli tostatati, proseguite la cottura per altri 7-8 minuti, aggiungete 0,3 dl di bourbon, mescolate e spegnete. Spalmate 200 g di pane a fette con 20 g di burro, tostatele sotto il grill fino a che iniziano a dorare. Copritele con 200 g di gruyère privato della crosta e tagliato a fettine e proseguite la cottura sotto il grill fino a che il formaggio si è sciolto.

Cospargete con i gherigli di noce in agrodolce e servite. Per 4 persone.



PRELIBATEZZE GOURMAND

1 TÊTE DE MOINE DOP

È un formaggio a pasta dura prodotto con latte vaccino di montagna da una decina di piccoli caseifici nel Canton Giura e nel Giura Bernese, dove esistono testimonianze scritte che risalgono al 1209. Per la degustazione, le piccole forme cilindriche vengono raschiate con uno strumento, detto "girolle" o "pirouette", che ruota sulla superficie tonda ottenendo sottili rosette; in tal modo si produce sulla forma un effetto simile alla tonsura monastica, da cui deriva il nome che significa "Testa di monaco". In commercio si trovano tre varietà: Dop Classic, Dop Reserve e Dop Bio. Indicato per aperitivi e spuntini, si accompagna a dolce e salato.

2 RACLETTE SUISSE

Tipico di diversi Cantoni, tra cui quello di Lucerna, questo formaggio ottenuto da latte vaccino ha una pasta semidura e un'alta proprietà fondente. Tradizionalmente si consuma scaldando mezza forma sul fuoco e raschiando la superficie appena inizia a fondere; questa operazione, che in francese viene detta "racler" (raschiare) ha dato il nome al formaggio. Il Raclette si accompagna perfettamente alle patate (lessate e al cartoccio) e ai sottaceti. Si degusta con il tè caldo oppure con vino bianco.

3 APPENZELLER®

È un formaggio vaccino a pasta dura prodotto nella regione di Appenzello, nel Nordest della Svizzera. La stagionatura in una particolare salamoia di erbe aromatiche, la cui ricetta è segreta, conferisce all'Appenzeller un gusto spiccato che ne fa il più saporito tra i formaggi svizzeri. Si trova in parecchie versioni, che vanno da quella dolce e aromatica a quella extra piccante. Grazie alla sua forte personalità può essere servito a tutto pasto e diventa la vera chicca di un tagliere pregiato. Si abbina perfettamente a vini rossi come il Pinot nero e il Marzemino e a bianchi come il Riesling o il Traminer; da provare anche con passiti di spiccata dolcezza.

4 LE GRUYÈRE DOP

Formaggio vaccino a pasta dura, è uno dei più celebri tra quelli svizzeri. Viene prodotto secondo una ricetta secolare nei piccoli caseifici di paese che si trovano nella regione circostante al comune di Gruyères, nel Canton Friburgo. Dopo una stagionatura che dura da cinque mesi a un anno, durante la quale le forme vengono periodicamente lavate e spazzolate, si ottiene un prodotto in diverse varianti, dal dolce a salato. Il Gruyère è uno degli ingredienti irrinunciabili della fonduta. Ottimo sulla tradizionale zuppa di cipolle, come condimento dei primi piatti o nelle gratinature, è da provare anche con la frutta secca. Tra i vini, predilige i rossi leggermente tannici come il Merlot e il Valpolicella.



MARCUS GIGER

Sopra, un pascolo sullo sfondo del Lago di Uri, un ramo del Lago dei Quattro Cantoni (detto anche di Lucerna). Sotto, un passaggio della ferrovia a cremagliera che sale al monte Pilatus, nei pressi di Lucerna; entrata in funzione nel 1899, sale da Alpnachstad al Pilatus-Kulm superando un dislivello di 1635 metri con una pendenza massima del 48%. Più in basso, l'ascensore panoramico costruito nel 1905 lungo la parete dell'Hammetschwand, che domina Lucerna; superando un dislivello di 152 metri in un solo minuto è il più alto e veloce d'Europa.



CHRISTIAN PERRET



LUCIA DEGONDA



...E frissero tutti felici e croccanti.



Gabriele Pensabene Design

Impan. L'impanatura bell'e pronta per fritti a lieto fine.

Impan Ariosto è l'impanatura bella e pronta che renderà i tuoi fritti asciutti e croccanti. E le tue ricette al forno più squisite che mai. Impan contiene uova per farti risparmiare tempo. Pangrattato per ottenere una doratura uniforme. Sale e paprika dolce per aggiungere un pizzico di sapore in più.

Con Impan cucinare pesce, carne e verdure da re, sarà un gioco. Servire in tavola, una festa. Perché la qualità Ariosto garantisce sempre il lieto fine.



Ariosto. Una storia di bontà, lunga oltre cinquant'anni.

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



FARINA DI CANAPA BIO RUGGERI®

La Farina di Canapa Biologica Ruggeri dona ai panificati un gusto intenso e deciso. È ricca di numerosi nutrienti, tra cui Omega 3 ed Omega 6, proteine e fibre. È a tasso ridotto di carboidrati e zuccheri. Ideale in aggiunta ad altre farine nella preparazione di prodotti da forno dolci e salati.



FILETTI AL NATURALE

Meno30, marchio distribuito da Emmegel, propone i filetti di Cernia, Rombo e Branzino. Questi preziosi filetti presentano carni bianche, falde compatte e sode, sono pronti per essere cucinati previo scongelamento. Rappresentano la soluzione ideale per cucinare in tutta sicurezza e poco tempo piatti gustosi.



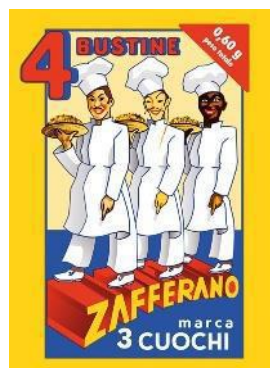
MOSCATO PASSITO DI NOTO

Feudo Luparello presenta il Moscato passito di Noto DOP. L'intensa aromaticità e il gusto dolce sovrappiù del Moscato racchiudono in sé tutto il calore e la tipicità di questa terra. Fragranza, intenso e complesso, esplode in sentori di frutta matura mielata riconducibili alle uve di partenza.



MOZZARELLA IN SFOGLIA BAYERNLAND

Bayernland presenta la nuova Mozzarella in Sfoglia, prodotta con il latte proveniente dai verdi pascoli della Baviera. Dal sapore delicato ma gustoso, naturalmente senza OGM e senza conservanti, la nuova Mozzarella in Sfoglia di Bayernland, grazie alla sua versatilità, è ideale per tante gustose ricette.



ZAFFERANO 3 CUOCHI

Zafferano 3 Cuochi è il marchio leader in Italia, che dal 1935 ha portato in cucina lo zafferano in bustina, prodotto pratico e di altissima qualità grazie all'accurata selezione delle migliori partite di zafferano, all'utilizzo di tecnologie esclusive che consentono di mantenere standard qualitativi elevati e costanti nel tempo.



NOVITÀ DAL GRUPPO VICENZI

Il Gruppo Vicenzi intraprende la strada del gluten free senza rinunciare a gusto e bontà. Infatti, i Grisbi con morbido ripieno al cioccolato e alla crema limone e i savoiardi Vicenzovo sono disponibili anche nella nuova versione senza glutine, garantita dalla certificazione rilasciata da AIC.



HOPLÁ CUCINA DA CHEF

Hoplà Cucina da chef è un condimento a base di grasso vegetale non idrogenato, con olio d'oliva. Senza conservanti. È cremosa e si amalgama perfettamente a qualsiasi tipo di piatto, sia a caldo che a freddo, conferendo il gusto pieno e ricco della panna da cucina. Ottima per preparare salse.



OCCELLI® AL BAROLO

Da latte di vacca, l'Occelli al Barolo stagiona per alcuni mesi e viene affinato in vinacce arricchite da vino barolo DOP. È un formaggio da degustazione e meditazione. Il suo gusto ben si abbina a grandi vini rossi d'annata. Medaglia d'oro ai World Cheese Awards 2015-2016, UK.



GIROLOMONI® SPAGHETTI BIO

Gli "spaghetti Girolomoni" al cavolo cappuccio viola sono una proposta di Andrea Marzoli, chef della Locanda Girolomoni. La ricetta riprende uno dei piatti più semplici della tradizione italiana aggiungendo ad essi un ingrediente dal colore vivace e dalle mille virtù. Spaghetti Girolomoni di grano antico Cappelli.



DADO DI POLLO BAUER

Nel Dado di Pollo Bauer, la carne di pollo di prima scelta si combina con le verdure più buone, con la sola aggiunta di Olio di Girasole ed estratti vegetali di soia e mais. Senza glutammato monosodico aggiunto e senza grassi saturi, senza glutine e senza lattosio.



SENAPE DOLCE AL MIELE MAILLE

La Senape dolce con Miele Maille, speziata ma delicata, ha un inconfondibile sapore agrodolce. Pochi e selezionati gli ingredienti: granelli di senape di Digione, acqua, aceto, sale, succo di limone e naturalmente miele. Il risultato è una salsa morbida e cremosa, dal gusto equilibrato.



NOVITÀ KINDER BRIOSS

Con l'obiettivo di valorizzare le eccellenze del panorama frutticolo italiano nasce Kinder Brioss con "Pesca e Nettare di Romagna IGP" in collaborazione con il Consorzio di Tutela Pesca e Nettare di Romagna IGP.



AMIDO DI MAIS BIOSUN S. MARTINO

L'amido di mais BioSun, con la doppia certificazione Biologica e Vegana e senza glutine, proviene da coltivazioni biologiche. Ottimo per la preparazione di dolci, biscotti e budini, ma può essere utilizzato anche per addensare sughi, salse, minestre e creme, diluito prima in un liquido freddo.



BIO DESSERT NATURA NUOVA

Biologico, senza latte, senza glutine, 100% vegetale, il Bio Dessert di riso di Natura Nuova Bio è particolarmente indicato per celiaci o per chi è intollerante al lattosio, ma adatto a tutti perché gustoso, cremoso e delicato. Due i gusti: al cacao e alla vaniglia.



MOZZARELLINE BIO BRIMI

Le nuove mozzarelline Bio di Brimi sono prodotte solo con il prezioso latte da agricoltura biologica da filiera controllata e certificata secondo le normative europee che ne garantisce il rispetto dell'ambiente e il benessere degli animali. Le mozzarelline Bio di Brimi sono così un prodotto sicuro e genuino.



PORRIDGE MOLINO ROSSETTO

Ricetta tradizionale dell'english breakfast, il porridge è un piatto a base di latte e chicchi di avena macinati. È un prodotto ricco di proteine, acidi grassi essenziali e con un alto contenuto di fibre. Tre le referenze disponibili in barattolo: Porridge al naturale, Porridge dolce al latte e Porridge ai frutti rossi.



NOVITÀ POMPADOUR

L'infuso Zenzero Mango Thai è l'incontro squisito di due ingredienti orientali particolarmente graditi: il dolce e succoso mango si abbina perfettamente allo zenzero, noto per il suo gusto piccante e per le sue molteplici proprietà.



PUNTO ROSA MILLESIMATO

Punto Rosa Millesimato Spumante Rosato Brut Val d'Oca, presenta un elegante perlage. Il suo bouquet è ricco di aromi, facilmente riconoscibile la fragolina di bosco e il ribes. Di colore rosa tenue, è molto equilibrato al gusto, unisce acidità e morbidezza che lo rendono perfetto con ricette a base di pesce, crostacei o formaggi freschi.

Vaniglia

UN AROMA IRRESISTIBILE CHE PORTA ALLA MENTE
DOLCEZZE ANTICHE, MA SI LASCIA SCOPRIRE IN NUOVI
UTILIZZI ELEGANTI E DELICATI CON PRIMI E SECONDI PIATTI

a cura di Daniela Falsitta, ricette di Claudia Compagni,
foto di Felice Scoccimarro, styling Stefania Aledì



Vaniglia: gelato alla. La prima associazione è inevitabile ma troppo riduttiva. Di questo baccello, infatti, che cresce nei luoghi più belli del pianeta (dal Messico alle Antille, dal Madagascar alla Polinesia), c'è ben altro da sapere. Quindi ricominciamo. Va chiarito, prima di tutto, che la vaniglia più diffusa e conosciuta non è quella naturale, molto rara e pregiata. La molecola responsabile del suo profumo intenso, infatti, detta vaniglina, viene fedelmente riprodotta in laboratorio a costi estremamente economici. Per questo, fin da bambini, ci abituiamo a sentire questo aroma prezioso in tantissimi prodotti di pasticceria industriale. I baccelli, ovviamente, sono tutta un'altra cosa: nei loro semi

la vaniglina si associa a un complesso bouquet di piacevoli sentori delicati, con interessanti distinzioni dovute a luogo di coltivazione e tipo di lavorazione usato per farli essiccare e maturare. La vaniglia Bourbon, per esempio, del Madagascar, o la Tahiti sono soprattutto adatte in pasticceria o per la produzione di liquori, mentre la vaniglia del Messico, più forte e speziata, sarebbe indicata per la preparazione di ricette salate che, sebbene poco conosciute nelle nostre cucine, fanno parte delle tradizioni caraibiche, oceaniche, orientali e africane. Le virtù note della vaniglia inoltre non si limitano all'assaggio, ma comprendono salutari proprietà antisettiche, astringenti e antiossidanti.

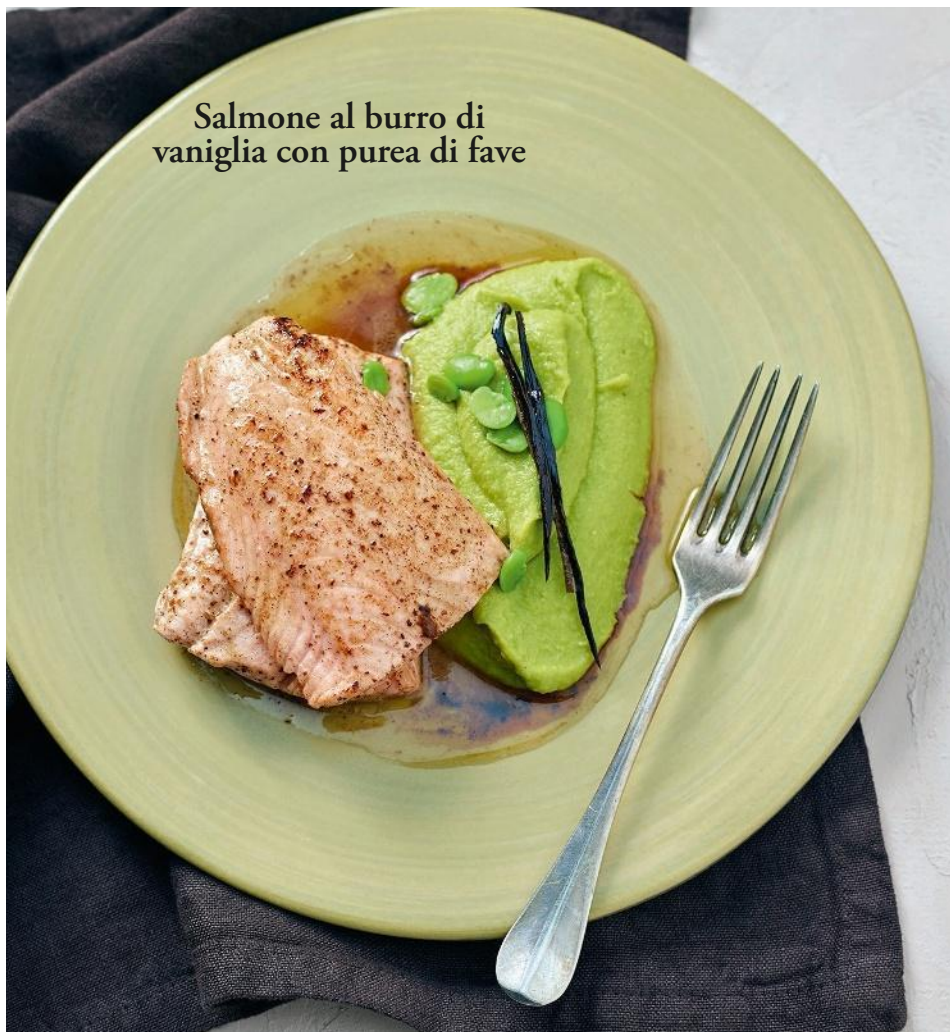
> segue a pag. 103

**Trenette con salsa di
pomodoro alla vaniglia**
pag. 102



Americana Society
Limonta, piatto Chantal
Delorme, ciotolina
Toniolo Ceramiche.
Indirizzi a pagina 6

Salmone al burro di vaniglia con purea di fave



cottura conservata e del pepe.
Frullate per ottenere un mix omogeneo.

- **2** Incidete il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, raschiate l'interno con un coltellino prelevando i semini e unendoli al burro morbido. Lavorate il composto con una spatola fino ad amalgamare i due ingredienti.
- **3** Eliminate la pelle e le eventuali lisce dal filetto di salmone e dividetelo in 4 tranci. Sciogliete il burro in una padella antiaderente, unite i tranci di salmone, insaporiteli con una presa di sale e cuoceteli su fiamma vivace un minuto per lato.
- **4** Prelevateli e teneteli in caldo, deglassate il fondo di cottura con il Vermouth e lasciatelo evaporare. Disponete nei piatti la purea di fave e il salmone, versate il fondo di cottura e cospargete con le fave messe da parte.

MEDIA

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 15 minuti ● 460 cal/porzione

BRITTLE DI PISTACCHI

PER 6 PERSONE

200 g di zucchero - 200 g di pistacchi sgusciati - 120 g di sciroppo d'acero - 2 baccelli di vaniglia - 6 g di bicarbonato - sale

- **1** Scottate i pistacchi in un pentolino con acqua in ebollizione per qualche secondo, scolateli, pelateli, trasferiteli su una teglia rivestita con carta da forno e tostateli in forno caldo a 160° per 15 minuti. Incidete i baccelli di vaniglia nel senso della lunghezza, raschiate la parte interna con un coltellino per prelevare tutti i semini e teneteli da parte.
- **2** Versate lo zucchero, un pizzico di sale e lo sciroppo d'acero in una casseruola, unite 30 ml d'acqua e portate a ebollizione. Cuocete lo sciroppo fino a quando inizierà a diventare dorato. Unite i pistacchi, e la vaniglia, mescolate e aggiungete anche il bicarbonato.
- **3** Versate subito il composto su una teglia rivestita con carta da forno e inclinatela su tutti i lati in modo da livellarlo. Dovrete ottenere uno spessore di circa 1 cm. Lasciate raffreddare fino a che il brittle si è indurito e servitelo tagliato a pezzetti.

MEDIA

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti ● 375 cal/porzione

TRENETTE CON SALSA DI POMODORI ALLA VANIGLIA

PER 4 PERSONE

400 g di pomodorini colorati misti - 320 g di trenette - 1 scalogno - 1 baccello di vaniglia - 20 g di pecorino romano - 1 cucchiaino di zucchero - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Lavate i pomodorini, eliminate il picciolo e incideteli con la punta di un coltellino. Sbucciate e tritate lo scalogno, lasciatelo stufare in una padella con 5 cucchiaini d'olio, unite i pomodorini e cuocete a fiamma vivace per 5-6 minuti fino a che iniziano ad ammorbidirsi.
- **2** Schiacciateli con una forchetta, unite lo zucchero, una presa di sale e il baccello di vaniglia inciso nel senso della lunghezza e proseguite la cottura per altri 5-6 minuti.
- **3** Cuocete la pasta in abbondante acqua salata in ebollizione, scolatela molto al dente tenendo da parte un mestolo dell'acqua di cottura, versate nella padella con il sugo e portatela a

cottura unendo man mano l'acqua tenuta da parte. Eliminate la vaniglia, servite la pasta nei piatti e aggiungete il pecorino grattugiato con una grattugia a fori grossi.

FAILE

● Preparazione 10 minuti ● Cottura 20 minuti ● 390 cal/porzione

SALMONE AL BURRO DI VANIGLIA CON PUREA DI FAVE

PER 4 PERSONE

600 g di filetto di salmone - 450 g di fave sgranate - 1 baccello di vaniglia - 1/2 bicchierino di Vermouth dry - 40 g di burro - olio extravergine - sale - pepe

- **1** Scottate le fave in acqua bollente per 6-7 minuti, tenete da parte 2 dl della loro acqua di cottura, scolatele e lasciatele intiepidire. Eliminate la pellicina che riveste le fave e tenetene da parte un cucchiaino trasferendo le rimanenti in un mixer con 4 cucchiaini d'olio, una presa di sale, l'acqua di

Ciotola Petra Sarda. A sinistra: piatto Toniolo Ceramiche, ciotolino mugseco in vendita su etsy.com, tovagliolo Society Limonta. Indirizzi a pagina 6

Brittle di pistacchi

> segue da pag. 100

Per non parlare dell'azione calmante: scaldare un baccello in un bicchiere di latte è un'ottima idea per assicurarsi un sonno ristoratore. A noi basterebbe, per non farcela più mancare, il gusto che dà alla crema pasticcera, alla panna cotta, alla bavarese e al caramello, a composte e confetture, al tè aromatizzato, ai biscotti e, ovviamente, al gelato. Ma il suo profumo è così buono che val la pena ampliarne l'utilizzo aggiungendola alla salsa di pomodori crudi, ai crostacei, alle

carni bianche, ai pesci alla griglia o alle insalate di ortaggi e agrumi. Come fare? Miscelando i semi prelevati dal baccello a una salsa delicata oppure lasciando i baccelli interi e incisi in infusione nell'olio extravergine per un paio di settimane. Ancora, con i baccelli vuoti e tritati si può aromatizzare il sale, mentre i semi di vaniglia, con un pizzico di coraggio, cascano a pennello nel risotto con carciofi o erbe, specie se abbinati a una scorza di limone. D.F.

ACCENDI I FORNELLI E IL TUO TALENTO IN CUCINA.



Da *ca' puccino* in Piazza Diaz 5, a Milano, a pochi passi dal Duomo.



**TANTI NUOVI CORSI
E ATTIVITÀ**

Lezioni private o di gruppo

Percorsi a più a lezioni

Eventi aziendali

Feste private e di compleanno



UNA LOCATION SPECIALE DOVE CUCINI TU!

Aperta 7 giorni su 7

Postazioni di lavoro attive

Sede tecnologica
e dal design contemporaneo
Cucina altamente attrezzata

GUARDA

il calendario dei corsi
su **www.scuoladicucina.it**
e **ISCRIVITI ON LINE.**

Per informazioni:

info.scuoladicucina@mondadori.it,

oppure chiama il numero

02.75423300.

IN COLLABORAZIONE CON

ca' puccino



Arclinea[®]

SPONSOR UFFICIALI

KENWOOD



BRAUN



SPONSOR TECNICO

tescoma
la passione in cucina

CIÙ CIÙ
AZIENDA VITIVINICOLA OREFI



GRUPPO  MONDADORI

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Una guida semplice e chiara all'arte del fare il pane, un testo esauriente e ricco di consigli, trucchi e soluzioni di problemi di realizzazione o eventuali... sbadataggini. Illustrazioni eleganti nella loro semplicità invogliano a mettere subito le mani in pasta per preparare un'irresistibile pagnotta dalla crosta croccante e dal cuore morbido e profumato. E non c'è bisogno di spaventarsi di fronte a un mostro sacro della cucina come il lievito madre: i metodi spiegati dagli autori sono di facile comprensione, come le foto degli step. Perché il pane è buono, ispirazionale, sano, nutriente ed economico.

PASTA MADRE

A.A.V.V., EIFIS Editore, a 25 €



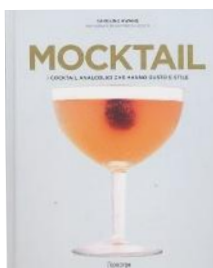
“Quella del lievito madre è una passione fatta di piccoli segreti tramandati gelosamente. Provate, divertitevi, testate le varie ricette, alla ricerca del pane preferito.”

dalla prefazione di Angela Frenda

CUCINA È ANCHE BENESSERE

“L'insolito legume” e “La mia cucina sana”, entrambi Guido Tommasi Ed., a 28 €

Il primo volume stuzzica la curiosità: sembrerà strano utilizzare i legumi sotto forma di farina, eppure le ricette contenute nel libro sono una più intrigante dell'altra. Scoprirete abbinamenti e consistenze nuovi, da sperimentare e reinterpretare. Nel secondo, Lorraine Pascale propone solo cibo appetitoso, in versione tutta salute e zero ansia. I piatti preferiti riveduti con piccoli accorgimenti, nella cottura o negli ingredienti, per renderli, oltre che ghiotti, salutari. Ci sono ricette per tutti, che si voglia eliminare i latticini, il glutine o la carne o anche mangiare crudo. Perché l'alimentazione sana è anche (molto) buona.



MOCKTAIL

L'ippocampo Edizioni, a 15,90 €

Non sono smoothie o milkshake, ma sono ugualmente rinfrescanti, oltre che sorprendenti e seducenti: parliamo dei mocktail, bevande analcoliche sofisticate e salutari, da sorseggiare come un cocktail. Una nuova tendenza che coniuga la raffinatezza dell'aperitivo con l'attenzione al benessere: dalle varianti light dei classici Mojito, Daiquiri o Moscow Mule a mix originali, il libro propone oltre 80 ricette, tutte da provare.

SPILLUCCARE CON SODDISFAZIONE

“Il libro degli stuzzichini”, Gribaudo, a 14,90 €
“Semplicemente toast”, Trenta Editore, a 16 €

Più di 100 idee per preparare sfizi e frivolezze golose, ideali per un aperitivo, per un ricco buffet, per una serata in compagnia. Il primo volume offre bigné, tramezzini, scodelline, girelle... Tutti da mangiare in un solo boccone. Agli appassionati del sempreverde toast, il secondo libro propone ben 50 ricette creative e gourmet, dai classici a quelli insoliti fino ai più dolci. Cosa si nasconde tra due fette di pane?



VIAGGIARE CON GUSTO

“Weekend Slow Food”, Slow Food Editore, a 19,90 €
“Le Soste Edizione 2018”, a 19 €

Bastano 2-3 giorni di vacanza e il primo manuale per portarci alla scoperta di 50 e più itinerari originali, alla scoperta delle bellezze del Bel Paese. Mappe, percorsi, info su dove mangiare e comprare (bene). L'associazione Le Soste riunisce 94 soci, di cui ben 87 italiani e 7 esteri: questa seconda guida raccoglie l'eccellenza nella ristorazione: in cucina, in sala, nella gestione e nella sommelierie. Itinerari ricercati attraverso 94 stazioni del gusto, vere “soste” imperdibili, da regalare e regalarsi per momenti speciali.



Delizie al limone

LA POLPA, IL SUCCO E LA SCORZA
DEL PREZIOSO AGRUME REGALANO
PROFUMO E UNA GRADEVOLE NOTA
DI ACIDITÀ A TORTE, BISCOTTI,
CREME E GOLOSISIME FARCITURE

a cura di Silvia Tatzoli, ricette di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, styling Stefania Aledi



Tovaglia Arte Pura by
Daniela Dallavalle,
canovaccio Stamperia
Bertozzi, piatto Rina
Menardi, forchettine
Sambonet. Nella
pagina accanto: runner
Stamperia Bertozzi,
tessuto a righe gialle
Romo Fabrics, piattini
L'Officina della
Ceramica.
Indirizzi a pagina 6.



**Tarte al limone
con la panna**
pag. 114



TORTA ALLO YOGURT FARCITA CON LIMONI CANDITI

PER 12 PERSONE

per i limoni canditi: 4 limoni non trattati - 1 kg di zucchero

per la base: 2 uova grandi - 250 g di yogurt al limone - 170 g di zucchero - 280 g di farina - 12 g di lievito per dolci

- 90 ml di olio di semi - burro e farina per lo stampo

per la crema: 80 g di amido di mais - 500 ml di latte - 10 tuorli - 100 g di zucchero - 30 g di burro - 1 limone non trattato

- **1** Preparate i limoni canditi: lavate i limoni e tagliateli a fettine sottili (3-4 mm), eliminando i semi. ● **2** Scottate le fettine per 1 minuto in una larga pentola con acqua bollente, quindi scolatele e fatele raffreddare in acqua e ghiaccio. ● **3** Scaldate in un tegame 1 litro di acqua con lo zucchero e fatevi sobbollire a fiamma dolcissima le fettine di limone, finché diventeranno traslucide; scolatele, tenendo da parte lo sciroppo, e fatele asciugare su una gratella. ● **4** Per la base: raccogliete in una ciotola le uova con lo yogurt e lo zucchero e lavorate con una frusta fino a ottenere un composto omogeneo. Unite la farina setacciata con il lievito e infine l'olio di semi. Versate il composto in uno stampo a cerniera con il fondo ricoperto con un foglio di carta da forno e le pareti imburrate e infarinate. Cuocete nel forno preriscaldato a 180° per 35-40 minuti (verificate la cottura con la prova dello stecchino). Togliete dal forno e lasciate raffreddare. ● **5** Preparate la crema: lavorate l'amido di mais con un paio di cucchiaini di latte e i tuorli in un pentolino. Unite il resto del latte portato a bollore con lo zucchero e mescolate con una frusta, mettendo sul fuoco ancora qualche istante, finché la crema risulterà densa e liscia; poi incorporate il burro e la scorza grattugiata del limone. Fate raffreddare la crema coprendola con pellicola per alimenti per evitare la formazione della pellicina in superficie. ● **6** Tagliate la torta a metà, in senso orizzontale, con un coltello da pane. ● **7** Spennellate i due dischi con un po' dello sciroppo di canditura dei limoni tenuto da parte diluito, con del succo di limone (nella proporzione di 2 parti di sciroppo e 1 parte di succo). Farcite la base della torta con la crema e ricomponete il dolce. ● **8** Decorate la torta ricoprendo la superficie con le fettine di limone candite e, se vi piace, foglie di menta.

MEDIA ● Preparazione 1 ora e 20 minuti ● Cottura 45 minuti ● 710 cal/porzione



Tovaglia e tovaglioli
Arte Pura by Daniela
Dallavalle, piatto e
ciotolina Rina Menardi.
Nella pagina accanto,
grembiule Once Milano,
canovaccio Stamperia
Bertozzi, grattugia
Microplane.
Indirizzi a pagina 6



TORTA DI MANDORLE E LIMONI CON SCIROPPO AROMATICO

PER 10 PERSONE

3 uova - 350 g di zucchero - 150 g di farina - 150 g di farina di mandorle
- 70 g di burro - 3 cucchiaini di limoncello - 3 limoni non trattati - 50 g di
mandorle a lamelle - 8 g di lievito per dolci - burro e farina per lo stampo

- **1** Mettete a bagno le mandorle a lamelle in acqua a temperatura ambiente. Sbattete le uova con 150 g di zucchero con le fruste elettriche per qualche minuto, in modo da ottenere un composto soffice e chiaro. Unite la farina setacciata con il lievito e la farina di mandorle. Aggiungete il burro, fuso, la scorza grattugiata di 2 limoni, il succo di 1 e il limoncello.
- **2** Imburrate e infarinate le pareti di uno stampo a cerniera da 24 cm di diametro e rivestite il fondo con un foglio di carta da forno. Versate il composto nello stampo, cospargete con le mandorle a lamelle scolate e asciugate, e infornate a 160° per 35 minuti. Togliete la torta dal forno e lasciatela raffreddare.
- **3** Intanto raccogliete lo zucchero rimasto in un pentolino con 150 ml di acqua e la scorza del terzo limone a pezzetti. Fate sobbollire sul fuoco fino a ottenere uno sciroppo leggermente viscoso da servire freddo con la torta tagliata a fette.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 40 minuti ● 370 cal/porzione



Quadrotti al cocco
con salsa di lamponi

pag. 114

Runner Stamperia
Bertozzi, coppia di
taglieri, piattino e
ciotoline FR Creazioni
Pavia. Nella pagina
accanto, tovaglia e
tovagliolo Arte Pura by
Daniela Dallavalle,
tovaglietta sfrangiata
Zara Home, alzata
realizzata con ciotola e
piatto Nuova Triade,
piattini l'Officina della
Ceramica, forchettina
Sambonet.
Indirizzi a pagina 6

Pudding al limone

pag. 114

Canovaccio Stamperia
Bertozzi, piatti Rina
Menardi, padellino
Henriette, ritaglio di
tessuto Romo Fabrics,
cucchiaino Rivadossi,
ciotolina FR Creazioni
Pavia. Nella pagina
accanto, tovaglia lilla
Arte Pura by Daniela
Dallavalle, tovaglietta
Zara Home, vassoio e
cucchiaino FR Creazioni
Pavia, ciotolina
Royal Doulton.
Indirizzi a pagina 6





BISCOTTI MORBIDI AL LIMONE

PER CIRCA 60 BISCOTTI

115 g di burro morbido - 50 g di formaggio spalmabile - 180 g di zucchero semolato finissimo - 1 uovo - 60 ml di succo di limone - la scorza grattugiata di 1 limone non trattato - 350 g di farina - 10 g di amido di mais - 4 g di bicarbonato di sodio - 1 baccello di vaniglia - 100 g di zucchero a velo

- **1** Lavorate il burro con una spatola e poi mescolatelo con il formaggio spalmabile e i semi prelevati dal baccello di vaniglia. Unite lo zucchero, poi l'uovo e montate con le fruste fino a ottenere un composto soffice. Aggiungete metà della farina setacciata con il bicarbonato e l'amido di mais, la scorza grattugiata del limone e 50 ml di succo. Lavorate ancora con le fruste, poi aggiungete anche la farina rimasta. Fate riposare il composto in frigo per un paio di ore a rassodare.
- **2** Prelevate dal composto delle piccole porzioni e modellatele tra i palmi delle mani in modo da ottenere delle palline della grandezza di una noce. Sistematele su 2 placche foderate con carta da forno, tenendole un po' distanziate. Infornate i biscotti a 180° per 10 minuti: dovranno restare un po' morbidi e iniziare appena a prendere colore. Lasciateli intiepidire appena quindi appiattiteli un po' con il dorso di un cucchiaio prima di farli raffreddare.
- **3** Preparate una glassa mescolando lo zucchero a velo con il succo di limone rimasto e unendo, se necessario, qualche goccia di acqua.
- **4** Immergete i biscotti capovolti nella glassa e, dopo aver fatto colare quella in eccesso, fateli asciugare su una gratella finché la glassa si sarà solidificata. Conservate i biscotti in una scatola di latta non più di 3-4 giorni.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 10 minuti ● 56 cal/porzione



TARTE AL LIMONE CON LA PANNA

PER 12 PERSONE

per la frolla: 250 g di farina + quella per la spianatoia - 150 g di burro - la scorza grattugiata di 1 limone non trattato - 100 g di zucchero a velo - 2 tuorli - sale
per la farcia: 1 limone non trattato - 4 uova grandi - 110 g di burro - 220 g di zucchero semolato
per il decoro: 200 ml di panna fresca - 20 g di zucchero a velo - foglioline di menta - fettine e scorzette di limone

- **1** Preparate la frolla: raccogliete nel mixer la farina con il burro freddo a pezzetti, la scorza grattugiata del limone, lo zucchero a velo e un pizzico di sale e frullate per qualche istante. Unite poi i tuorli e frullate ancora un po'. Trasferite il composto a briciole sul piano e lavoratelo con le mani sino a ottenere una palla liscia e compatta. Avvolgetela con la pellicola e fatela riposare in frigo per un paio di ore.
- **2** Stendete la frolla con il matterello sul piano leggermente infarinato, quindi trasferitela in uno stampo da crostata con fondo amovibile da 26 cm di diametro; rifilate i bordi, punzecchiate il fondo con una forchetta e trasferite di nuovo in frigo.
- **3** Preparate la farcitura: lavate il limone, tagliatelo a pezzi eliminando i semi e frullatelo con le 4 uova, il burro, fuso, e lo zucchero semolato fino a ottenere un composto liscio. Versatelo nel guscio di frolla e infornate a 180° per circa 35 minuti. Fate raffreddare la tarte prima di sformarla.
- **4** Montate la panna ben fredda con lo zucchero a velo e stendetela sulla superficie della torta al momento di servirla. Decorate con fettine e qualche scorzetta di limone e foglioline di menta.

FACILE ● Preparazione 30 minuti

● Cottura 35 minuti ● 440 cal/porzione



QUADROTTI AL COCCO CON SALSA DI LAMPONI

PER 20 QUADROTTI

per la base: 300 g di farina - 200 g di zucchero semolato - 75 g di cocco disidratato - 200 g di burro
per la farcia: 4 uova + 2 tuorli - 400 g di zucchero semolato - 50 g di farina - la scorza grattugiata di 2 limoni - 250 ml di succo di limone
per la salsa di lamponi: 250 g di lamponi + quelli per decorare - 60 g di zucchero a velo

- **1** Per la base, miscelate nel mixer la farina, lo zucchero e il cocco disidratato, quindi unite il burro freddo a pezzettini e lavorate fino a ottenere un composto a briciole. Trasferite il composto in una teglia rettangolare da 25x30 cm foderata con un foglio di carta da forno. Compattatelo con le dita e livellatelo pressando leggermente con una spatola, riempiendo bene anche gli angoli. Cuocete la base nel forno preriscaldato a 180° per 20 minuti, quindi fatela raffreddare.
- **2** Preparate la farcia: sbattete le uova e i tuorli con lo zucchero semolato e la scorza grattugiata dei limoni. Unite la farina, il succo di limone e amalgamate. Versate il composto al limone sulla base e cuocete nel forno a 160° per altri 30 minuti. Fate raffreddare e trasferite in frigo per almeno mezz'ora.
- **3** Passate i lamponi al setaccio e dolcificate la salsa ottenuta con 10 g di zucchero a velo.
- **4** Sformate il dolce, spolverizzate con lo zucchero a velo rimasto e tagliatelo a quadrotti. Completate versando 1/2 cucchiaino di salsa di lamponi su ciascun quadrotto e, se vi piace, decorate con un lampone.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ●

Cottura 50 minuti ● 300 cal/porzione



PUDDING AL LIMONE

PER 8 PERSONE

3 uova - 200 g di zucchero - 90 g di burro morbido + quello per lo stampo - 60 g di farina - 10 g di lievito per dolci - 1 limone non trattato - 125 ml di latte - 125 ml di panna fresca - zucchero a velo e scorzette di limone per decorare

- **1** Separate i tuorli dagli albumi; tenete da parte i primi e montate gli albumi con le fruste fino a renderli spumosi. Unite 100 g di zucchero, un po' alla volta, continuando a montare.
- **2** A parte montate il burro con lo zucchero rimasto. Quando sarà chiaro e soffice, unite i tuorli tenuti da parte, uno alla volta e continuando a mescolare, la scorza grattugiata del limone e il succo filtrato. Incorporate poi anche la farina setacciata con il lievito, il latte e la panna. Infine unite gli albumi montati, mescolando delicatamente con movimenti dal basso verso l'alto per non smontarli.
- **3** Imburrate un recipiente da forno da 24 cm di diametro, versatevi il composto e cuocete a bagnomaria nel forno caldo a 170° per circa 45 minuti. Lasciate intiepidire il dolce nel bagnomaria fuori dal forno, poi estraetelo e lasciatelo raffreddare completamente.
- **4** Cospargete il pudding con zucchero a velo e decorate con le scorzette di limone.

FACILE ● Preparazione 30 minuti

● Cottura 45 minuti ● 280 cal/porzione

Un delicato ensemble di profumi

**IL TOPPING AL CAMELLO ESALTA
IL GUSTO AVVOLGENTE DI CANNELLA, VANIGLIA
E ZUCCHERO DI CANNA.**



TARTE CON TOPPING AL CAMELLO E CANNELLA

INGREDIENTI PER 6/8 PERSONE:

PER LA PASTA BRISÉ: 200 g di farina, 90 g di burro, 1 uovo, 40 g di zucchero, un baccello di vaniglia, un pizzico di sale.

PER LA CREMA: 100 g di Topping al caramello Fabbri, 30 g di zucchero di canna, 40 g di farina 00, un cucchiaino di aceto di mele, 1 tuorlo, 3 dl di panna fresca da montare, un cucchiaino di cannella in polvere, 8 g di burro, sale.

PER LA FINITURA: 1,5 dl di panna fresca, 10 g di zucchero a velo, 30 g di Topping al caramello Fabbri

PREPARAZIONE:

1. Frullate la farina con il burro freddo a dadini, lo zucchero, un pizzico di sale e i semini del baccello di vaniglia. Unite l'uovo e 20 g di acqua, frullate e fate riposare la pasta in frigo per 30 minuti. **2.** Versate la farina in una ciotola, unite l'aceto di mele, il Topping al caramello Fabbri, la panna, il tuorlo e un pizzico di sale e mescolate. Stendete la pasta con uno spessore di 2-3 millimetri, rivestite uno stampo del diametro di 20 cm, bucherellate il fondo, riempitelo con il composto preparato e cospargetelo con la cannella, lo zucchero di canna e il burro a fiocchetti. **3.** Cuocete la tarte a 180° per 45 minuti, lasciatela raffreddare e trasferitela in frigo per 30 minuti. Montate la panna con lo zucchero a velo, disponetela al centro della torta, lasciando libero un margine di 3 cm e decoratela con il Topping al caramello Fabbri.

Caramello prêt-à-porter. Un dolce inebriante come un profumo, grazie all'aroma di vaniglia naturale, al cuore di cannella e alle note al caramello, esaltate dalla morbidezza della panna montata. Il segreto è il Topping al caramello Fabbri o, in alternativa, il Topping al cioccolato Fabbri, perfetto se si utilizza il peperoncino al posto della cannella. I Topping Fabbri sono ideali per rendere più gustoso un gelato, una crema o una fresca coppa di frutta. Scoprirete anche i gusti Amarena, Acero, Pistacchio e tanti altri ancora! Tutte le proposte e le ricette su **fabbri1905.com**

FABBRI
1905

SCOPRI IL MONDO FABBRI: CREA LA TUA RICETTA E VINCI!

Crea la tua ricetta con uno dei prodotti Fabbri in gioco: **Amarena Fabbri**, **Topping Fabbri** o **Sciroppo Fabbri**. Fai una foto della tua creazione, registrati su **www.giallozafferano.it/fabbri1905** e carica la tua ricetta. Una giuria di qualità premierà gli autori del miglior contributo per ogni categoria di prodotto assegnando: una Canon EOS 200D per la miglior ricetta con Amarena Fabbri, una macchina del caffè De'Longhi per la miglior ricetta con Topping Fabbri e un Robot da cucina più gelatiera KitchenAid per la miglior ricetta con Sciroppi Fabbri. **Ma non finisce qui:** in palio ogni giorno un buono da **40 euro** da spendere sull'e-shop Fabbri per chi voterà la sua ricetta preferita. Hai tempo fino al **3 giugno 2018!**

Regolamento completo su **www.giallozafferano.it/fabbri1905** - Durata dal 09/04/2018 al 03/06/2018 - Montepremi: € 3.862,95 + IVA = € 4.220,00.

Bavarese alle violette con Namelaka

LA SOFFICE SPIRALE PREPARATA
CON I FIORI PIÙ ROMANTICI TROVA
POSTO SU UNA VELLUTATA CREMA
DAL NOME ESOTICO. DA SERVIRE FREDDA

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini,
a cura di Monica Pilotto, foto di Michele Tabozzi





PER 4 PERSONE

per la bavarese: 40 g di zucchero - 120 g di petali di violetta - 6 g di gelatina in fogli - 150 ml di panna

per la Namelaka, le violette caramellate e la salsa di fragoline: 170 g di cioccolato bianco - 100 ml di latte - 150 ml di panna - 5 g di miele - 2 g di gelatina in fogli - 25 g di zucchero - 12 violette - 250 g di fragoline di bosco

● **1** Preparate la bavarese: portate a ebollizione 50 ml d'acqua con lo zucchero; unite la gelatina in fogli ammorzata in acqua e ghiaccio e ben strizzata, versate in una ciotola e mescolate; lasciate raffreddare, unite i petali di violetta e frullate con il mixer a immersione. Montate la panna e amalgamatela delicatamente con la frusta al composto di violette. ● **2** Versate il mix negli stampini in silicone (capienza ml 75 l'uno, diam. cm 6-7, altezza cm 5-6 circa), coprite con la pellicola e trasferiteli in freezer per 12 ore. ● **3** Intanto preparate le violette caramellate: rivestite una teglia con carta da forno; in un pentolino sciogliete lo zucchero in 25 ml d'acqua bollente, versate lo sciroppo in una ciotola e spennellate delicatamente con il liquido zuccherino le violette, una alla volta. Quindi distribuite i fiori sulla teglia e trasferiteli in forno a seccare. La temperatura deve essere costante a 80° per circa 3 ore. ● **4** Preparate la Namelaka: portate a bollore il latte, unite la gelatina in fogli ammorzata in acqua e ghiaccio e strizzata, quindi mescolate con la frusta. Mettete il cioccolato bianco nel bicchiere del mixer a immersione, versate il latte caldo e iniziate a frullare. Unite il miele, infine la panna e continuate a frullare finché la consistenza sarà soffice e vellutata. Versate la Namelaka in una ciotola, sigillate con la pellicola e trasferite in frigorifero per 4 ore, finché si sarà addensata. ● **5** Intanto lavate delicatamente le fragoline, scolatele, tamponatele con la carta da cucina, tenetene da parte una ventina intere e trasferite le altre nel bicchiere del mixer; frullatele, poi passate la salsa attraverso un colino a maglie fini, così da eliminare ogni semino; riempite una pipetta o biberon con la salsina filtrata e trasferitela in frigorifero a raffreddare. ● **6** Togliete gli stampini dal freezer, estraete le piccole bavaresi, posizionatele in un piatto, copritele con la pellicola e trasferitele in frigorifero per 6 ore a scongelare. Prima di servirle, formate dei cerchi irregolari con la salsina alle fragole lungo il bordo di ogni singolo piattino da dessert; riempite una tasca da pasticciere senza la punta con la Namelaka e distribuitela al centro, formando la base su cui sistemare la bavarese. Infine guarnite con 5 fragoline, le violette croccanti essiccate, qualche petalo fresco e delle foglioline di menta riccia.

L'ARTE NEL PIATTO

Brilla come un gioiello ametista la bavarese alle violette preparata da **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino). L'idea è semplice, il risultato potente. Chiara utilizza il piatto come una tela sulla quale esprime tutto il suo estro creativo, dal segno grafico al cromatismo perfetto: pennellate irregolari di rosso cremisi (la salsina di fragoline di bosco) fanno da cornice all'assimetrica spirale viola (la bavarese di violette) posta su un vellutato piedistallo (la crema Namelaka). Il risultato? Un dolce montato ad arte, realizzato solo con ingredienti di stagione e arricchito da una crema al cioccolato bianco speciale, la Namelaka, nata dalla creatività di un pasticcere giapponese. Unica avvertenza: preparate le bavaresi il giorno prima perché devono stare in freezer almeno 12 ore e poi ancora 6 ore in frigo per scongelare.



30!
**DONNA
MODERNA**

© LUCIANO CONSOLINI/IPA

**Donne
come noi**

IL PROGETTO DI EMPOWERMENT FEMMINILE

SCOPRI TUTTI I DETTAGLI SU

www.donnamoderna.com/donne-come-noi

In collaborazione con

L'ORÉAL
PARIS

Michela Cerruti

pilota automobilistica

**«La gara più dura è stata
farmi accettare per ciò
che ero, un bravo pilota,
non una donna che aveva
la fortuna di vincere.»**



MONDADORI
STORE

GRUPPO  MONDADORI

Indovina chi viene a cena

CON LA COMMUNITY DI GNAMMO IL CIBO DI CASA DIVENTA SOCIAL. ANCHE APRENDO LA CUCINA AD OSPITI A SORPRESA

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi



**Ravioli al pesto
con pomodorini confit
e burrata**

pag. 120

TROVATE IL VIDEO
DI QUESTE RICETTE
ON LINE SU SALEPEPE.IT

SOCIAL EATING

Fondato nel 2013 da Cristiano Rigon (con altri 2 soci poi ritirati), Gnammo è il principale sito italiano di social eating, con circa 230mila utenti tra i 30 e i 55 anni. Iscrivendosi alla community (gnammo.com), ci si può proporre come cuoco (cook) e organizzare eventi culinari a casa propria o in altre location, oppure partecipare ai pranzi e le cene (gnammer): i due ruoli sono interscambiabili. Nella foto Cristiano Rigon con Chiara ed Egidio de La Picà dell'Isola a Milano, due degli 8mila cuochi di Gnammo.

Parola d'ordine: condivisione. Di cibo, certo, ma non solo. Perché la piattaforma di Gnammo punta alla socializzazione: tra chi invita a casa propria ospiti sconosciuti, condividendo i piatti della sua cucina, e i commensali che scelgono di partecipare, senza essersi mai incontrati prima. Tutto si svolge online: pubblicazione degli eventi, prenotazioni, pagamenti (prezzi medi 25-30 euro), resoconti. Ma poi, quando ospiti e padroni di casa si ritrovano intorno alla tavola, il cibo recupera la sua identità concreta e conviviale: mangiare insieme diventa "stare insieme"; nascono legami, amicizie, perfino amori; le case dei

cuochi diventano luoghi di incontro. Come è accaduto a Chiara Rizzo ed Egidio Bonfanti, i cooker di Gnammo protagonisti di questo servizio, che vivono a Milano nello storico quartiere Isola: la loro casa di ringhiera, la Picà (osteria) come l'hanno chiamata, è diventata un punto di riferimento per gli abitanti della zona, dove i rapporti di vicinato sono ancora vivi. Catanese lei, italo-cileno lui, li unisce la passione per la cucina, nata in famiglia e perfezionata con corsi ed esperienze nella ristorazione. Egidio è anche musicista e con la chitarra accompagna le cene alla Picà, dove la cucina italiana classica è la più gettonata.





RAVIOLI AL PESTO CON POMODORINI CONFIT E BURRATA

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

per i ravioli: 400 g di farina di grano tenero - 4 uova a pasta gialla (danno colore all'impasto) - 250 g di stracciatella di bufala - 250 g di pomodorini Pachino - timo - origano - zucchero di canna - 80 g di parmigiano reggiano grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale
per il pesto: 30 g di basilico - 2 cucchiaini di parmigiano reggiano grattugiato - 1 cucchiaino di pecorino - 1/2 dl di olio extravergine d'oliva - 1 cucchiaino di pinoli

- **1** Sul piano di lavoro formate una fontana con la farina e sgusciate al centro le uova; impastate con le mani e proseguite fino a ottenere un composto liscio ed elastico.
- **2** Formate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e lasciate riposare per circa 1 ora in luogo tiepido.
- **3** Nel frattempo preparate i pomodorini confit. Lavate i pomodorini, affettateli e disponeteli su una placca foderata con carta forno con la parte del taglio verso l'alto. Conditeli con le foglioline di un rametto di timo, una spolverizzata di origano, un filo d'olio, lo zucchero e un pizzico di sale e informateli per circa 30 minuti finché non sono caramellati.
- **4** Intanto preparate il pesto. Lavate e asciugate il basilico, trasferitelo nel mixer, aggiungete l'olio, il parmigiano, il pecorino e i pinoli e frullate fino a ottenere una salsa cremosa.
- **5** Riunite i pomodorini caramellati nel bicchiere del frullatore a immersione (tenendone da parte qualcuno per decorare), unite un filo d'olio, 60 g di parmigiano e un pizzico di sale e frullate. Trasferite in una ciotola, unite la burrata e mescolate.
- **6** Riprendete l'impasto, suddividetelo in 2 parti e stendetene una passandola più volte nell'apposita macchinetta, fino a ottenere una sfoglia rettangolare di 2-3 mm di spessore.
- **7** Ripetete l'operazione con la pasta rimasta, formate una seconda sfoglia e appoggiatela su uno stampo per ravioli.
- **8** Con un cucchiaino, disponete tanti mucchietti uguali di ripieno ai pomodorini sulla sfoglia, distanziati circa 3 cm. Spennellate i bordi con poca acqua, coprite con la seconda sfoglia, premete con il matterello e staccate i ravioli.
- **9** Lessate i ravioli in una pentola di acqua salata. Scolateli e saltateli in padella con poco olio. Stendete 2 cucchiaini di pesto sui piatti, appoggiatevi sopra i ravioli e completate con i pomodorini tenuti da parte e il parmigiano rimasto.

TOCCO DELICATO

La stracciatella è il cuore morbido e sfilacciato della burrata. La consistenza cremosa e il gusto fresco di latte la rendono perfetta per i ripieni.



CON LA ROTELLA

Utilizzando lo stampo si ottengono ravioli più regolari e omogenei. Se preferite il metodo tradizionale, usate la rotella tagliapasta dentellata



ARROSTO DI MAIALE IN SALSA DI LIMONE CARAMELLATO CON PATATE AL FORNO

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

700 g di lonza di maiale - 1 bicchiere di vino bianco
- 3 rametti di rosmarino - 2 rametti di salvia - 600 g di patate - 3 limoni non trattati - 50 g di zucchero
- 1 cucchiaino di brandy - 1/2 litro di brodo vegetale
sale - pepe

- **1** Fate marinare la lonza in una ciotola con il vino, 1 rametto di salvia e 1 di rosmarino per 2 ore circa.
- **2** Tritate la salvia rimasta e 1 rametto di rosmarino. Scolate la carne dalla marinata, asciugatela con carta da cucina, massaggiatela con il trito preparato e legatela con lo spago.
- **3** Trasferitela in una padella con qualche cucchiaino di olio caldo e fatela rosolare finché si forma una crosticina, sfumate con il vino bianco e fatelo evaporare.
- **4** Disponete la lonza in una pirofila e infornatela a 180° per circa 1 ora e 20 minuti, inumidendola di tanto in tanto con il brodo e girandola in modo che si cuocia uniformemente.
- **5** Nel frattempo preparate le patate. Lavatele, sbucciatele e riducetele a tocchetti; sbollentatele velocemente in una pentola d'acqua, scolateli e asciugareli bene. Disponeteli sulla placca foderata con carta da forno, insaporiteli con il rosmarino rimasto tritato e sale e infornateli per circa 15 minuti.
- **6** Preparate la salsa. Spremete 2 limoni, trasferite il succo in un pentolino con il brandy e fatevi sciogliere lo zucchero. Mescolate la salsa, togliete dal fuoco e tenetene da parte 2/3.
- **7** Negli ultimi 10 minuti di cottura dell'arrosto, spennellatelo in modo uniforme con la salsa rimasta e fatela caramellare. Togliete l'arrosto dal forno e fatelo riposare per 10 minuti avvolto nell'alluminio; poi affettatelo e servitelo con la salsa tenuta da parte, il limone rimasto a fettine e le patate.



1



2



3



4



5



6



7

CROSTICINA
Aiutandovi con due posate di legno, rosolate la carne su tutti i lati per insaporirla in modo uniforme e sigillare i succhi

CONTRASTI
Il gusto pungente del limone, attenuato dalle note dolci dello zucchero e del brandy, è perfetto per la carne di maiale



Focus

Junior TI INVITA ALL'EVENTO



UN EVENTO GRATUITO PER BAMBINI E GENITORI. DALLE ORE 10 ALLE 18

Sei pronto a scoprire cosa bolle in pentola? Allora preparati all'incredibile evento di Focus Junior alla Milano Food City! Tre giorni no stop di laboratori scientifici, artistici, di disegno, corsi di cucina per adulti e piccini, zone di divertimento con spettacoli teatrali e proiezioni cinematografiche, un cruciverba vivente tutto da completare, installazioni di frutta e verdura che prendono vita...E tanto altro!

PER INFO E PER ISCRIVERTI AI LABORATORI DI FOCUS JUNIOR VAI SU
www.focusjunior.it/iniziative-e-eventi/la-citta-del-gusto



IN COLLABORAZIONE CON:

Starbene



GRUPPO  MONDADORI

Le carte in tavola

PER UNA MISE EN PLACE CONTEMPORANEA
SCEGLIETE ACCESSORI DI PAPER DESIGN

di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni,
foto di Marzo Azzoni

Le parole d'ordine sono creatività e colore, all'insegna di nuove suggestioni sulla tavola. In totale sintonia con la cultura gastronomica più attuale, l'apparecchiatura mostra una vivace influenza mash-up, sdoganando, tra l'altro, gli accessori in carta mescolati ad arte, in un gioco della casualità solo apparente. Abbinare a un patchwork di carte stampate con nuove geometrie eleganti custodie dove riporre le posate o le bacchette, e poi ancora posizionate segnaposti e tovaglioli in tinta. Tutto deve essere in perfetta sintonia.

> segue a pag. 124

- **1** Le custodie in carta, proposte anche in carta tessuto riutilizzabile, contengono bacchette cinesi o posate tradizionali (Tizianamancinidesign, 10 pezzi € 15).
 - **2** Segnano il posto dei drink i cartoncini con stecchino (laRinascente, € 7,50).
 - **3** Tovaglioli di carta con fiori stilizzati e con fiori di campo su fondo rosa (PPD, cm 30x30, 20 pezzi € 4).
 - **4** Pirottini in carta antiaderente a pois (laRinascente, 12 pezzi € 3,90).
 - **5** Per table setting dai colori brillanti, le carte stampate su supporto opaco (Tassotti, da cm 50x70 € 2,30).
 - **6** Ciotoline Origami proposte in misure diverse (Tizianamancinidesign, 12 pezzi a partire da € 15).
 - **7** Cono in carta per frittura prêt-à-porter (RGMania, 250 pezzi € 9,50).
 - **8** Romantica alzatina in cartoncino (Petali, € 25).
- Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 123

Mescolare le carte funziona sia sui tavoli d'antan sia su quelli di design, con tovaglia (rigorosamente bianca) o senza.

In più, potete personalizzare l'apparecchiatura ogni volta che desiderate, tanto vasta è la scelta tra materiali, grafiche e colori, contemporanei e stilosi se abbinati con gusto. È così che le ciotoline in carta origami, perfette per contenere fragranti panini, si mixano al blocco di tovagliette usa-e-getta dallo sfondo floreale o a quelle più minimaliste in candida fibra di cellulosa lavabile. In questo turbinio di creatività è concessa qualche piccola trasgressione alle ferree regole del bon ton.

Per esempio, preparare un light lunch destrutturato: sistemate golosi finger food sul tagliere in cartone rivestito in carta lavabile; riempiate i contenitori a righe bianche e rosse di profumate ratatouille; etichettate le caraffe con il tipo di bevanda contenuta; create un punto d'appoggio separato per i drink e contrassegnatelo con gli appositi cartoncini. Il sacchino bianco con rivestimento a quadretti è un comodo passe-partout da riempire con frutta fresca, dolcetti o qualsivoglia prelibatezza. Così i vostri table setting saranno sempre originali. Cambiare le carte in tavola non è mai stato divertente come oggi.



- **1** Etichette adesive Fragole e Quadrifoglio (Tassotti, 6 pezzi € 4).
- **2** Contenitori in carta rigida a righe e con cuoricini (laRinascente, 20 pezzi e 20 stecchini decorati € 17,50).
- **3** Segnaposto Rose in cartoncino avorio (Tassotti, 6 pezzi € 6).
- **4** Tagliere in cartone rivestito in carta lavabile con texture in rilievo,

disegnato da Matteo Ragni (Essent'ial, € 15,60). ● **5** Ciotolina origami in carta avana (Tizianamancinidesign, 12 pezzi da € 15).
- **6** Tovaglietta americana in fibra di cellulosa lavabile (Essent'ial, cm 32x45, € 10).
- **7** Album di tovagliette in carta da sfogliare (Pepin da J&V Store, 48 fogli cm 30x42, € 20).
- **8-9** Rivestimento interno in cotone a quadretti Inside Cover

Picnic da applicare al Sacchino F bianco in fibra di cellulosa lavabile (Essent'ial, rispettivamente € 9,50 e € 16,60). ● **10** Si usano come segnaposto i cuori magnetici in cartoncino pressato (Sebra in vendita da J&V Store, 58 pezzi comprese le lettere dell'alfabeto, € 24,90).
- **11** Tovaglioli di carta (Bibo, 20 pezzi cm 33x33, € 1,50). Indirizzi a pagina 6

SALE&PEPE COLLECTION

UNO TIRA L'ALTRO

Irresistibili torte a strati, rotoli farciti, crostate, millefoglie e budini: in ognuno di questi dolci la frutta è la grande protagonista

Dolci con la frutta golosi e scenografici



Sale&Pepe collection
MONDADORI



EDIZIONE DA COLLEZIONARE

RILEGATURA CARTONATA

RICETTE SPECIALI

IMMAGINI SPETTACOLARI

*Oltre al prezzo di Sale&Pepe € 3,50

Lamponi, mirtilli e fragole, ma anche pesche, fichi e banane: la frutta arricchisce i dolci di consistenze e aromi freschi, perfetti dalla colazione alle merende dei lunghi pomeriggi d'estate,



in cui il caldo non spegne la voglia di dolcezza. Tanti spunti per portare in tavola dessert di frutta, dalla classica millefoglie al soffice rotolo di pan di Spagna farcito, fino alle scenografiche naked.

sale&pepe

Le Virtù teramane

TRA PRIMIZIE E SIGNIFICATI
SIMBOLICI, È UNA SPECIALITÀ
TRADIZIONALMENTE
PREPARATA IL PRIMO MAGGIO

di Paola Mancuso, in cucina Antonella Pavanello,
foto di Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

L'arrivo della bella stagione e il ritorno ai campi, di nuovo fecondi, fin dall'antichità vengono celebrati con le feste del Calendimaggio. Un'usanza ancora molto radicata nel nostro Centro-Sud, dove sopravvivono riti agresti e piatti propiziatori. Come le Virtù, la specialità che più di tutte identifica la cucina di Teramo, in Abruzzo. Di profondo significato allegorico, da sempre viene preparata per il primo di maggio, giorno considerato lo spartiacque tra la fine dell'inverno e l'inizio della primavera.

> segue a pag. 128





LA PREPARAZIONE

PER 6 PERSONE

1 piedino di maiale - 200 g di cotiche di maiale - 1 osso di prosciutto - 200 g di legumi secchi misti (cannellini, ceci, lenticchie) - 500 g di legumi freschi sgranati tra piselli e fave - 2 manciate di verdure fresche a foglia (indivia, bietole, scarola o spinaci) - 2 coste di sedano - 2 carote - 1 grossa cipolla - 1 mazzo di erbe aromatiche (prezzemolo, maggiorana, aneto, mentuccia) - 1 spicchio d'aglio - 1 pomodoro maturo - 50 g di lardo - 200 g di pasta secca mista tra corta e lunga - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Mettete a bagno in acqua fredda i cannellini e i ceci per 1 notte, tenendoli separati; il giorno dopo sciacquate tutti i legumi secchi e lessateli, sempre separatamente, fino a metà cottura (1 ora circa per i ceci, 30 minuti per i cannellini, 20 per le lenticchie); salate alla fine.
- **2** Pulite le verdure fresche a foglia, il sedano e le carote; riduceteli a pezzetti, scottateli in poca acqua salata in ebollizione, scolateli e teneteli da parte.
- **3** Sbollentate il piedino e le cotiche, puliteli e metteteli a cuocere in un recipiente d'acqua salata con l'osso di prosciutto per 1 ora, schiumando spesso. Disossate il piedino, spolpate l'osso e riducete le carni a pezzetti; filtrate il brodo.
- **4** Unite al brodo i pezzetti di carne, i legumi cotti (tenete da parte il loro liquido di cottura), qualche fogliolina di erbe (maggiorana, aneto, mentuccia) e continuate a cuocere.
- **5** Pelate il pomodoro e spezzettate la polpa. Preparate un battuto con il lardo, la cipolla e l'aglio sbucciati e il prezzemolo pulito; fate soffriggere il trito in una padella con poco olio, poi aggiungetevi il pomodoro e cuocete a fuoco dolce per 10 minuti circa. Unite l'ingrediente preparato alla minestra in cottura.
- **6** Aggiungete le verdure a pezzetti tenute da parte e continuate a cuocere fino a quando saranno abbastanza tenere.
- **7** A cottura quasi ultimata, regolate di sale e unite alla minestra le fave e i piselli freschi.
- **8** Dopo qualche minuto, aggiungete i diversi tipi di pasta, iniziando da quelli a cottura più lunga. Quando necessario, aggiungete qualche mestolo del liquido di cottura dei legumi tenuto da parte e in caldo, tenendo presente che la minestra deve risultare piuttosto densa. Spegnete il fuoco, lasciate riposare per una decina di minuti e servite.



BERE GIUSTO

Questo piatto dalla sostanza ricca, variegata e dal fascino antico merita un accostamento territoriale, quindi un vino del Teramano, dal quale riceve l'energia e il calore per confrontare ogni dettaglio gustativo: il Trebbiano d'Abruzzo di Emidio Pepe, nella versione "riserva", contiene in sé la mineralità dei luoghi dai quali derivano gli ingredienti e la luce che si riflette sui vigneti, sugli orti e sugli allevamenti. Un insieme espressivo che prende per mano il cibo e lo accompagna in modo sicuro e autorevole.



> segue da pag. 126

Non deve trarre in inganno l'apparente semplicità, quasi frugale, delle Virtù, perché di fatto è un piatto ricchissimo, che esalta le più fresche primizie primaverili, sapientemente "accompagnate" dalle ultime provviste invernali, recuperate dal riordino della dispensa. Così, legumi secchi, rimasugli di pasta, ossi di prosciutto venivano uniti a profumate erbe aromatiche e tenere verdure, disponibili in abbondanza nei fertili orti di Teramo, cinta da due fiumi. Nella scelta degli ingredienti, che possono variare secondo quantità e tipologia, tradizione vuole che si debba tener conto del numero sette (come le virtù nella religione cattolica, appunto), utilizzando sette legumi secchi e sette freschi, sette verdure nuove, sette tipi di pasta lunga e corta e così via. Non è questo, tuttavia, a rendere le Virtù un piatto complesso, ma piuttosto la laboriosa preparazione degli ingredienti, cotti separatamente per rispettarne le consistenze diverse e poi assemblati nella fase finale.

La ricetta classica

La ricetta che vi proponiamo è più leggera e semplificata rispetto a quella descritta nel disciplinare approntato per l'inserimento, nel 2011, nella lista dei Pat (Prodotti agroalimentari tradizionali) abruzzesi, che prevede l'aggiunta di carciofi e zucchine infarinati e fritti, oltre che di "pallottine", le polpettine di manzo così frequenti nella cucina teramana. Ecco perché le Virtù non sono un semplice minestrone (guai a chiamarle così), ma un'icona gastronomica, un piatto unico ante litteram che non ha perso la sua originaria connotazione conviviale: ancora oggi viene preparato in quantità e offerto a vicini e conoscenti.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono questo piatto nel mese di maggio, oppure su ordinazione.

LA TACCHINELLA

Via Roma 18, Canzano (Te), tel. 0861 555107

A 15 km da Teramo, una trattoria che da oltre 40 anni porta avanti la tradizione culinaria del territorio. Oltre al tacchino alla canzanese, specialità di Canzano che dà il nome al locale, si gustano primi

tipici teramani come la chitarra con polpettine, il timballo e, in maggio, le Virtù. Tra i secondi, mazzarelle (involtini di interiora di agnello) in bianco o al sugo e carni alla brace.

LA CANTINA DI PORTA ROMANA

C.so di Porta Romana 105, Teramo, tel. 0861 252257
In pieno centro, nei pressi del bellissimo Duomo, il locale di Marcello Schillaci offre piatti veraci della tradizione locale: scrippelle 'mbusse in brodo di gallina,

spezzatino, mazzarelle (involtini di interiora di agnello), pennette con gamberi di fiume. Per tutto il mese di maggio non mancano le Virtù.

LA BUCA DEI SAPORI

Via R. Balzarini 4, Teramo, tel. 0861 220590
Fuori città, in zona Colleparco, un locale semplice specializzato in carni alla brace che offre anche piatti del territorio: gnocchi, arrostiti, formaggio fritto e, il 1mo maggio, le Virtù.



LA PAROLA ALL'ESPERTO

Abbiamo interpellato Marcello Schillaci, appassionato conoscitore delle antiche tradizioni e della cucina teramana, che propone nel suo ristorante La Cantina di Porta Romana. È stato membro del comitato che ha stilato il disciplinare delle Virtù per la registrazione nell'elenco Pat (Prodotti agroalimentari tradizionali) abruzzese.

Quali sono le caratteristiche delle Virtù teramane?

La prima cosa che differenzia questo piatto dai normali minestrini è la cottura separata dei vari ingredienti, una fase preparatoria che può impegnare fino a 3 giorni e che richiede cotture misurate per ottenere un piatto equilibrato. Molto tipico, poi, è il grande utilizzo di erbe aromatiche, che abbondavano nei nostri orti; nelle Virtù rendono più digeribili i legumi, ma profumano anche altri piatti teramani, come le mazzarelle (involtini di coratella di agnello).

Alcune versioni prevedono l'aggiunta di polpettine.

Le "pallottine" sono presenti in molti piatti della nostra cucina, si ritrovano nella Chitarrina (pasta fresca all'uovo con sugo rosso) e nella tipica stracciatella in brodo. In passato venivano preparate nei giorni di festa per arricchire le Virtù, oggi vengono aggiunte prevalentemente su richiesta.

**TRASFORMA
LA TUA PASSIONE
IN LAVORO.**

sale&pepe

**PRESENTA:
IL CORSO
PER DIVENTARE
FOOD BLOGGER**



CORSO FORMATIVO DI FOOD BLOGGER

- 80 ORE
- TOTALMENTE GRATUITO
- 2 SETTIMANE FULL TIME
- MODULI DI LEZIONI TEORICHE, ESERCITAZIONI PRATICHE, WORKSHOP E TESTIMONIANZE: dalla cucina alla fotografia, dal videomaking al marketing online
- DEDICATO A TUTTI COLORO CHE ATTUALMENTE NON HANNO UN'OCCUPAZIONE

SCEGLI LA TUA CITTÀ

- 1^A TAPPA **MILANO** DALL' 11 AL 22 GIUGNO OPPURE DAL 17 AL 28 SETTEMBRE
- 2^A TAPPA **BOLOGNA** DALL' 1 AL 12 OTTOBRE OPPURE DAL 15 AL 26 OTTOBRE
- 3^A TAPPA **LECCE** DAL 5 AL 16 NOVEMBRE OPPURE DAL 19 AL 30 NOVEMBRE

PER INFORMAZIONI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE VAI AL SITO*

www.krisalide.it/iscrizioni

***AFFRETTATI! IL NUMERO MASSIMO PER OGNI CORSO È DI 20 PARTECIPANTI**

IN COLLABORAZIONE CON:

PERCORSO FINANZIATO DA FORMA.TEMP:

sale&pepe



Adecco



GRUPPO  MONDADORI



NEL NUMERO DI GIUGNO

INVITO A BORDO

Sole, acqua, libertà... Ingredienti perfetti per un tour in houseboat sulla laguna, all'insegna di cibi semplici come il cundion con le uova, il cuscus alle verdure e i dolci bocconcini ai pistacchi.



SALVIA&ROSMARINO

Dagli spaghetti all'arrosto fino alla panna cotta, tutto quanto diventa speciale con il tocco in più di due classici delle erbe aromatiche



DOLCI CAPRIOLE

Golose torte ricoperte con frutta di stagione, zabaione e composte da servire rovesciate con un sicuro effetto scenografico

in edicola dal 25 maggio

GRUPPO

SALE&PEPE

n. 5 maggio 2018

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE

Livia Fagetti livia.fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalesandri enza.dalesandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA

Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO

Roberto Porta

HANNO COLLABORATO

Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Patrizia Cantoni, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Ernesto Fagiani, Miriam Ferrari, Paola Mancuso, Barbara Mantovani - Moi et Toi, Chiara Patracchini, Alessandro Pasinelli Studio, Antonella Pavanello, Barbara Ronchi della Rocca, Livia Sala, Studio Salaris, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Francesca Tagliabue

Foto: Marco Azzoni, Adriano Brusaferrì, Luca Colombo/Studio XL, Stefania Giorgi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkemia, Swiss-Image, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI

È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite:
www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it;

telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press Di Servizio Abbonamenti - C/O CMP Brescia - 25126 Brescia. L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista. Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? Tel. 045.8884400; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. - Palazzo Cellini - Milano Due 20090 SEGRATE (MI) - Tel. 02/21025952 © 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto anche se non pubblicati non si restituiscono. Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 045/8884400; Fax 045/884378; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl

Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 8387 del 21 dicembre 2017



Questo periodico è iscritto
alla FIEG Federazione
Italiana Editori Giornali



SALE&PEPE SUL TUO TABLET E SMARTPHONE

Con l'applicazione per iPad/iPhone e dispositivi Android potrai leggere Sale&Pepe ovunque tu sia direttamente dal tuo tablet o dal tuo telefono. Scarica GRATIS l'applicazione da App Store o da Google Play e porta sempre con te la tua rivista preferita.



Inoltre, sul www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,99 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!

Zafferano con riso giallo

...oppure con pasta, carne, pesce, uova,
verdura, salse, frutta e dolci.

Lo Zafferano 3 Cuochi è perfetto su ogni piatto.
Provalo con le tue ricette preferite
e per saperne di più vai su WWW.3CUOCHI.IT



**ZAFFERANO 3 CUOCHI
CONDISCOLO COME TI PARE**



*Programma impasti dolci
+ frusta filo
per la crema al burro*

COOKING **CHEF** *Gourmet*

L'ECCELLENZA IN CUCINA.

Kenwood presenta il nuovo Cooking Chef Gourmet, l'élite delle sue Kitchen machine. L'unica impastatrice planetaria con cottura a induzione che oggi cuoce fino a 180° per creare infinite ricette: dalla cottura lenta fino alla cucina wok. Il nuovo display intuitivo include 24 programmi automatici professionali per rendere più semplici le fasi di preparazioni: dagli impasti dolci o salati ai risotti, dalle salse alle meringhe, dalle composte alle gelatine con Cooking Chef Gourmet non ci saranno più limiti in cucina.

Vai sul sito cookingchef.net e configura il tuo nuovo Cooking Chef Gourmet: scegli fra oltre 20 accessori e potrai ricevere un'offerta esclusiva dedicata a te.



NUOVO

INNOVAZIONE
ESCLUSIVA
180°C

24
PROGRAMMI
AUTOMATICI
PROFESSIONALI



KENWOOD